جمهورية مصر العربية
وزارة الأوقاف
المجلس الأعلى للشئون الإسلامية

الإسلام
وصحة الإنسان

الشيخ منصور الرفاعي عبيد

القاهرة
١٤٠٩هـ - ١٩٨٩م

الإهـــداء

إلى أبـوى الكريمـــين
رمـــز حب ووفـــاء

منصور



بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيدنا محمد طب القلوب ودوائها وعافية الأبدان وشفائها وعلى آله وأصحابه الطيبين الطاهرين البررة الكرام .

وبعــــد

فانه لمن العجز حقا أن نرى شخصا أميا ينشأ بين قــوم أميين لم يقرأ ولم يكتب يقــوم بوضع اللبنــات الأساسية فى بناء الحضارة الانسانية ويقوم كذلك بوضع الأصــول للعلوم التى تعود فائدتها على البشرية الى أن تنتهى الدنيا ومن فيها . انه سيدنا محمد عبد الله ورسوله الذى أنزل الله عليه الرسالة الخاتمة اصطفاء واجتباء وأخذ من رحيقها وأعطى الدنيا خيره فكان ولا يزال متجدد العطاء ووقف أمام فيض علمه وعطاء فكره علماء كل فن يأخذون من علمه ويرتشفون من هديه ومع ذلك فمعين علمه لم ينضب ولن ينضب ، وما فى نظرية أثبتها العلم واهتدى اليها الفكر لخدمة المجتمع البشرى وراحة الانسان الا وتجد لها أساسا فى هدى نبى الله صــلى الله عليه وســلم ذلك لأنه كان الترجمة العملية لآيات القرآن الكريم فلقد كان عليه السلام كما تقول السيدة عائشة فيما رواه مسلم بسنده .

(... قال قتادة وكان اصيب يوم احد فقلت يا أم المؤمنين انبئينى عن خلق رسول الله صلى الله عليه وسلم قالت الست تقرأ القرآن قلت بلى قالت فان خلق نبى الله صلى الله عليه وسلم كان القرآن (١)...) .

كما كان بساما ضحاكا . يظهر البشر على وجهه .

هذا .. وأن على الانسان العاقل الا يغفل عن طاعة الله وأن يجتهد فى العمل الصالح مبتغيا رضى مولاه حتى يكون فى حياته على خير ويبعث كذلك يوم القيامة وقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم اذا أراد الله بعبد خيرا أرسل اليه ملكا قبل الموت فهيأه وارشده واصلحه حتى يموت على خير حال(٢) وأن لطول العمر سعادة عظيمة للانسان . وكلما طال عمر الانسان كثر عمله واطلع على احوال الدنيا وتقلباتها وافضل سعادة للانسان فى هذه الحياة أن يعيش صحيح البدن معافى فيه كما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم من أصبح منكم معافى فى بدنه آمنا فى سربه عنده قوت يومه فكأنما حيزت له الدنيا(٣) بحذافيرها .

ولقد عنى الاسلام عناية كبرى بالعمل على رفع مستوى معيشة الانسان ودعا كذلك الى رفع الروح المعنوية ليسعد الشخص فى حياته وينعم فى دنياه .. وترجع هذه العناية فى اصلها الى روح المحبة والرحمة حيث بثهما الاسلام فى نفوس معتنقيه كيف

---

(١) صحيح مسلم بشرح النووى ج٢ ص٣٩٧ ط. الشعب .
(٢) جامع الأحاديث للامام السيوطى ج ١ ص ٣٨٤
(٣) حديث حسن رواه البخارى فى الأدب المفرد ج ١ ص ٤٠٠ ط . السلفية ١٣٧٨هـ .

لا ودعوته يعرفها كل اتباعه الى تبادل التعاطف بين الغنى والفقير والمعسر والموسر والقادر والعاجز حتى اصبح كل مؤمن قادر يشعر بأن فى ماله حقا للسائل والمحروم والمريض والمحتاج . والقرآن الكريم حث المؤمنين به والمصدقين بكلماته الى ان يتبرعوا بسد حاجة المحتاجين واثقين ان ما يقدم منهم محفوظ لهم عند الله الـذى لا يضيع أجر من أحسن عمـلا فقد قال سبحانه((**من ذا الذى يقرض الله قرضا حسنا فيضاعفه له أضعافا كثيرة(١)))** .

فكل عمل يعمله الشخص بنية التقرب الى الله محفوظ الثواب عند الله ينمى له أجره ويضاعفه له ومن توجيهات نبى الدعوة عليه السلام (**الله فى عون العبد مادام العبد فى عون أخيه(٢)**) .

كما أن دعوته للانسانية أعلنت أنها ماجاءت الا للعمل على اسعاد الناس واصلاحهم فى أجسامهم وعقولهم وأنفسهم .

ولقد أظهر النبى فى أقواله فضل الصحة والعافية وطلب من اتباعه أن يسألوا العفو والعافية فقال (سلو الله العفو والعافية فان أحدا لم يعط بعد اليقين خيرا من العافية(٣) .

ومن العجيب أن يرى الناس شخصا أميا يعيش مع قوم أميين كذلك يقف باعجاب وتقدير أمام فيض علمه وعطاء فكره علماء كل فن . فهاهو ذا يستصحب فى غزواته المرضات ليقمن بالاعتناء بالجرحى .. كما أن وفد نجران عندما وفد الى النبى صـلى الله عليه وسلم تقدم الشمردل وكان من أمهر أطباء عصره وقال يا رسول

---

(١) البقرة من آية ٢٤٥

(٢) من حديث رواه مسلم .

(٣) رواه الترمذى فى كتـاب الدعـوات ج ١٠ ص ٣ — ٤ ط. محمد عبد المحسن الكينى .

الله بأبى أنت وامى انى كنت طبيب قومى فى الجاهلية فما يحل لى ؟ يعنى ماذا يحل له من عمله فى الطب قال الرسول عليه السلام فصد العرق ومجسة الطعنة ان اضطرت وعليك بالسقا ولا تداوى احدا حتى تعرف دواه .

قال الشمردل والذى بعثك بالحق لأنت أعلم بالطب منى .

ولقد ذكر أصحاب رسول الله صلى الله عليه وسلم انه كان يديم التطبيب وينهى عما يؤذى ويصف الأدوية ويحدث فى حفظ الصحة وقد تعلمت منه الطب زوجته عائشة رضى الله عنها حتى قال هشام بن عروة ما رأيت احدا أعلم بالطب من عائشة .

والذى لا شك فيه أن المعالجة والصحة كانا من الموضوعات الرئيسية التى عالجها الرسول صلى الله عليه وسلم حيث جاء الاسلام بثقافة صحية ممتازة تقوم على دعائم عديدة من المعرفة لحاجة الجسد والنفس وايجاد التوازن بينهما ويعطى كل عنصر منهما ما يناسبه فى غير افراط ولا تفريط ولقد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يداوى نفسه ويأمر بذلك .

من أصـــابه مرض من أهله أو أصحابه وكان غالب أدويته مفردة لا مركبة تمشيا مع القاعدة التى مازالت متبعة وهى العدول عن الدواء المركب اذا كان الشفاء ممكنا بالدواء المفرد ولقد كان يحث على انتقاء أحذق الأطباء لأن الطبيب مسئول مسئولية كاملة عن العلاج الـــذى يصـــفه ، وان من طبب الناس وهو جاهل بالطب ضمن الأضرار التى قد تلحق بالمريض من جراء تطبيبه وفى ذلك يقول الرسول صـــلى الله عليه وسلم (من تطبب ولم يعلم منه الطب قبل ذلك فهو ضامن) وقد كان ذلك لأن هـــذا الشخص الدعى تسبب بجهله فى اتلاف الأنفس بدعواه الباطلة وربما يكون

قد كشف على عورات النساء يجب أن يؤدب لكى يكون عبرة لغيره ممن قد تسول له نفسه أن يقوم بهذا السلوك المنكر دينا واخلاقا لذلك يجب الضرب عليه بيد من حديد وتوقيع اقصى العقوبات على الدجالين والمشعوذين والطبيب المزيف الـــذى لم يستكمل شروط المهنة ولم يؤذن له فى ممارستها من قبل الجهات المسئولة عن ذلك فاذا أتلف أى عضو أو أزهق أى نفس فعليه الدية التى يراها الوالى وتعزيره واعـــلان ذلك على النـــاس ليكون عبرة لغيره والرسول صـــلى الله عليه وسلم — وهو يرشدنا الى ذلك اخبرنا ان صحة الفرد مرتبطة بتراث صحى سليم — ولا يكون ذلك الا بســـلامة الزوجين من الأمراض المعدية التى تنتقل بالوراثة وهذا من اهم ما عنى به الاســـلام لأن الأولاد ثمرة الزواج وصفات السلف ومنها بعض الأمراض — تنتقل بالوراثة الى الخلف والاسلام لم يكتف بالتحريض على سلامة الأصلين الجسمانية فحسب بل حرص أيضا على سلامتهما النفسية فجاءت تعاليمه مطالبة الأصلين بسلامة الخلق وحسن الخلق وقـــد جاء فى القرآن الكريم« **وأنكحوا الأيامى منكم والصالحين من عبادكم وامائكم(1) »** فرغب فى زواج الصالحين والصالحات جسما ونفسا ودينا وخلقا كما أن الأحاديث أشارت الى ذلك . وقد جاء فى حديث ابن عباس رضى الله عنهما اربع لا يجزن فى البيع ولا الزواج المجنونة والمجذومة والبرصـــاء والعفلاء ، وعمر بن الخطاب رضى عنه وضع تشريعا استنتجه من هذا الحديث فقال أيما رجل تزوج امرأة فدخل بها فوجدها برصاء أو مجذومة فلها الصداق . بمسيسه اياها وهوله على من غره منها » يعنى العوض على ولى الأمر الـــذى زوجه اياها وهو يعلم أو الخاطبة والحديث الشريف نهى عن زواج المصابين أو المصابات

---

(1) النور آية ٣٢

بالأمراض الجسدية القابلة للعدوى متخذا الجذام مثالا ويقاس عليه السل والزهرى والبرص وكل ما من شأنه أن يعدى ولقـــد رد الرسول صلى الله عليه وسلم امرأة تزوجها وجد بها برصا كما أن الحديث نهى عن زواج المصابين والمصابات بالأمراض النفســـية الخطيرة أو غيرها كالاكتئاب والانطواء وما المجنون الا نوع من ذلك.

ويقاس عليه انفصام الشخصية . وقـــد جعل الاسلام الزواج فى الحالات المذكورة لاغيا فى حالة ظهور ذلك من أحد الزوجين دون علم الآخر قبل الزواج .

واذا كان الاسلام قد رغب فى اختيار الأصـــلح والأفضل جسدا ونفسا فانه حث على اختيار صـــاحب الخلق وذلك داخل تحت الثقافة الصحية .

والاسلام الـــذى جاء بذلك كله لم يغفل ما يتعلق بالنظافة والاغتسال والحركة والرياضة وقـــد جعل ذلك فى بعض الأوقات فرضا وأحيانا سنة أو واجبا عن النبى صلى الله عليه وسلم . وأعظم ما فى الاسلام وكل ما فيه عظيم — انه حرم الخمر احتساء أو بيعا والحق بها المخدرات وجعل أنفع من كل ذلك المـــاء وهو سيد الشراب فى الدنيا وحث على الاستياك والتخلل ومن أشدها ارتباطا بالمصلحة العـــامة والخاصـــة والصحية وتقليم الأظافر والختان ونتف الأبط وحلق العانة لأن شيئا من ذلك لو ترك يؤدى الى اضرار الفرد واهـــلاك أو اضعاف صحية من خلال ما يحتويه ترك هـــذه الأشياء من طفيليات فطرية تتجمع فى هـــذه الأماكن فتكون مكان احتكاك ينتج عنه التهاب يؤدى الى تقرحات وتقيحات الأمر الـــذى يؤدى الى أمراض خطيرة معدية تنتقل الى الغير بعد أن تهد كيانه الشخصى وتفقده صحته وتجعله فريسة للأمراض والأوجاع فيعيش منبوذا منزويا لا يؤبه له وهذه حياة لا يرضى بها

عاقل لنفســـه ولا لغيره لأن المسلم اخو المســـلم يحب له ما يحب لنفسه ولقد رغب النبى صلى الله عليه وسلم فى اطفاء النور فى البيوت حين النوم(١) حفاظا على الأعين وعملا على راحة النـــائم حتى يأخذ قسطا من الراحة الجسدية وحـــذر من الدخول على المصابين بالأمراض المعـــدية وهو ما يســـمى فى عصرنا بالحجر الصحى وحسب الاسلام عنايته بالصحـــة ان يجعلها تاجا على الرؤوس ويقول فى التحريض على الاحتفاظ بها ومراجعة أصحاب الخبرة فيها .. (صنفان لا غنى للنـــاس عنهمـــا الأطباء لأبدانهم والعلماء لأديانهم) .

ولقد رغب الرســـول صـــلى الله عليه وسلم فى تحصيل العلم ومن العلم الطب ولقـــد جاء العلم علمان علم الأبدان وعلم الأديان ولعل فى تقديم علم الأبدان على علم الأديان ما يـــدل على اهمية الاحتفاظ بالصـــحة اذ بفقدها لا يستطيع الانسان أن يمارس عبادة ربه ولا يسعى لكسب معاشه ولقد اهتم النبى — فوق ذلك — بالبيئة أرضا وهواء ومناخا وماء فوضع من الأسس والقواعـــد ما يجعل معيشة الانسان — اذا تمســـك بتعاليمه سعيدا فى دنياه .

وحسب الاسلام أنه أسبق النظم العالمية فى الدعـــوة الى الحفاظ على الصـــحة العامة ولعل فى دعوته الى الرياضة التى تجعل الجسم معتدلا ســـليما ما يؤيد ذلك . كذلك رياضة النفوس بالتعليم والتأديب والصـــبر والثبات والفرح والسرور والسماحة وفعل الخير والجهاد وما فيه سواء كان جهـــاد العدو أو جهـــاد النفس والحج والاغتســـال بالمـــاء البارد ومراعاة العادات الصحية فى النـــوم . كل ذلك كفيل ان يجعلنا اســـعد الناس اذا تمسكنا

---

(١) فى حديث رواه مالك

به ، اذ أن ذلك كله من تعاليم ديننا . وفيه من القوة والحركة والاندفاع ما يجعل المعدة تنشط والدماء الجديدة تتدفق فينشط المخ ويعطى خير ما فيه للانسان فتسعد الانسانية بنتاج عطاء المسلمين فى كل فكر وعلم وفن ويؤيد ما قلناه بأن الاسلام اسبق النظم العالمية فى الدعوة الى الحفاظ على الصحة التى هى تاج على رؤوس الأصحاء لا يعرف قدرها الا المرضى وأضرع الى الله العلى القدير قائلا ما تعلمناه من سيدنا محمد النبى المصطفى (اللهم انى أعوذ بك من الهم والحزن والعجز والكسل والبخل والجبن وضلع(1) الدين وغلبة الرجال) رواه الشيخان(2) .

وان هذا الكتاب الذى نقدمه اليوم عن الاسلام والصحة العامة نستمد فيه من توجيهات الله وهدى نبيه صلى الله عليه وسلم ما يوضح الصورة أمام اعيننا لأن الاسلام بمنهجه حث على الأخذ فى الأسباب واخذ الدواء اذا اقتضى الأمر لمعالجة الأبدان فيحيا الانسان فى هذا الوجود يؤدى عبادة ربه ويسعى لجلب رزقه يبتغى من فضل ربه ويسأله أن يمكنه من السعى فى صحة وعافية وطاعة .

ونسأل الله أن يوفقنا الى ما فيه الخير انه نعم المولى ونعم النصير . وصلى الله وسلم على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه اجمعين .

الشيخ منصور الرفاعي عبيد
مراقب عام المساجد بوزارة الأوقاف
عضو مجلس الشعب

(1) ضلع الدين : أى ثقل الدين .
(2) زاد المسلم فيما اتفق عليه البخارى ومسلم للشنقيطى ج 1 ص 52 ط. مصر 1954

تمهيد

فى عام ١٩٧٧ الف وتسعمائة سبعة وسبعين اتخذت هيئة الصحة العالمية بالاجماع قرارا ينص على (أن يكون الهدف الاجتماعى الرئيسى للحكومات وللمنظمة خلال العقدين القادمين هو أن يبلغ جميع مواطنى العالم بحلول عام الفين مستوى من الصحة يسمح لهم بأن يعيشوا حياة منتجة اجتماعيا واقتصاديا) .

كما جاء فى هذا التقرير ايضا (أن الصحة هدف ينبغى الوصول اليه وليست شيئا يمكن فرضه ومن ثم فأن أول المتطلبات لبلوغ الصحة هو وجود الالتزام بذلك من جانب الحكومة والسكان على السواء والتثقيف الملائم بصفة عامة أمر اساسى لخلق هذا الالتزام) جاء فى الاعلان الصادر عن المؤتمر الدولى للرعاية الصحية الذى نظمه فى عام ١٩٧٨ (ان للشعوب حقا وعليها واجب فى المساهمة أفرادا وجماعات فى تخطيط وتنفيذ الرعاية الصحية الخاصة بها) لقد كانت أهداف الرعاية الصحية فى الماضى تنحصر فى مساعدة الناس فى الحصول على الخدمات المهنية والمحافظة على النظم الطبية الملائمة أما اليوم فمن الضرورى ايجاد سبل جديدة للوفاء بما تتطلع اليه الناس بشأن تكاليف الرعاية الصحية .

هذا ما تنشره وسائل الاعلام عن دور هيئة الصحة العالمية والناس بذلك يفرحون فشىء عظيم أن تهتم المحافل الدولية

بصحة الفرد ورعايته وايجاد ما يخفف تعبه ويصحح نفسه وبدنه ونحن كمسلمين لابد لنا ان نجلى الحقيقة أمام العالم ليعرفوا أن الاسلام سـبقهم الى توجيه الناس الى اخذ العلاج لمرض أبدانهم ولم يكتف بذلك بل أنه وضع الأسس الصحية والأولية للوقاية من الأمراض وكان رسـول الله صـلى الله عليه وسلم وهو يطبق هذا المنهج وهو قدوة لنا حتى يكتسب الانسان صـحة بدنه ونضارة وجهه فيعبد ربه كما أمر ويحيا هادىء النفس واذ نمهد بهذا بين يدى البحث فاننا نقف نلقى الضوء فيها على أقسام المرض .

أن الغاية والهدف من العادات الصحية السليمة هو مساعدة الأفراد على تحقيق السلامة الكافية البدنية والاجتماعية والنفسية بواسطة الجهود الذاتية وذلك بتغيير المفاهيم والاتجاهات والعادات والسلوك نحو الصحة للفرد والجماعة والمجتمع ، فكل فرد عليه مسئولية محدودة بالنسبة لصحته الشخصية وبالتالى يجب عليه تقبل هذه المسئولية التى منها معرفة أسباب التعب والحاجة الى الراحة حتى يمكن لأنسجة الجسم أن تنمو النمو الطبيعى وذلك فى ظل بيئة صالحة للاسترخاء والراحة وكسـب القوة والقدرة والنشاط بالرياضة والتغذية السليمة كل بقواعدها العلمية والسكن الملائم والملبس المناسب .

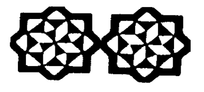
ولقد تم الاتفاق فى هيئة الصحة العالمية على تعريف الصحة بأنها (حالة السلامة والكفاية البدنية والنفسية والاجتماعية وليست مجرد الخلو من المرض أو العجز) .

والصحة العامة احـدى صـور الحياة داخل اى مجتمع تتأثر وتؤثر فيه ويتم تحديد حالة هـذا المجتمع الصحية بعدد من المعايير ذات الدلالات الخاصة من أهمها :

١ ــ معدل المواليد العــام وعــدد الأطفال المولودين أحياء لكل الف من السكان خــلال عام ميلادى وفى مكان معين ٠

٢ ــ معدل الخصوبة هو عدد المواليد أحياء لكل ألف من السيدات فى سن الاخصاب (٢٥ ــ ٤٥ سنة) فى مكان معين ٠

٣ ــ معدل الوفيات فى العام وهو عدد المتوفين لكل ألف من السكان خلال سنة ميلادية وفى مكان معين أن التربية الصحية للفرد هى مجموعة التجارب والخبرات التى تساعد فى تكوين عادات الفرد واتجاهاته الصــحية وبالتالى صــحة الأسرة أو الجماعة ثم فى المجتمع ٠



أقسام المرض

ينقسم المرض الى قسمين :

(أ) مرض القلوب .

(ب) مرض الأبدان .

١ — مرض القلوب : هو كذلك ينقسم الى نوعين :

النوع الأول : مرض شبهة شك .. وهو المراد بقوله تعالى :

« واذا دعوا الى الله ورسوله ليحكم بينهم اذا فريق منهم معرضون : وان يكن لهم الحق ياتو اليه مذعنين أفى قلوبهم مرض أم ارتابوا أم يخافون ان يحيف الله عليهم ورسوله بل أولئك هم الظالمون(١) » .

وكذلك قوله سبحانه : **« وليقول الذين فى قلوبهم مرض والكافرون ماذا أراد الله بهذا مثلا(٢) » .**

والمقصود بالشبه والشك : هو ما يعترى نفس الانسان من شك فى الله الواحد فيبعد من هـذه صفته عن الاذعان الى الحق . وقد يكون الدافع الى ذلك هو ما يعترى الانسان من حقد وحسد وكبرياء لأن الحسد يحمل صاحبه على أن يتمنى زوال النعمة عن

---

(١) النور ٤٨ ، ٤٩ ، ٥٠ .
(٢) المدثر ٣١

الغير . مع هجر من يقول الحق والتكلم فيه بما لا يجوز والاستهزاء به .

النوع الثانى : مرض شهوة وغى : اى ان القلب تتحرك فيه احط الغرائز الشهوانية فيطغى بذلك على فضائل النفس البشرية ويحطم القيم الأخلاقية العالية فى أعماق نفسه وفى محيط مجتمعه : فيشرب الخمر ويزنى ويسرق وقد اشار القرآن الكريم الى هذا المرض يقول الله سبحانه :

« يا نساء النبى لستن كاحد من النساء ان اتقيتن فلا تخضعن بالقول فيطمع الذى فى قلبه مرض وقلن قولا معروفا(١) » .

وما ذكرناه هو آفات وأمراض خلقية تصيب المجتمع بالخلخلة والتصدع والانفصام لذلك أشار القرآن الكريم ونبهنا لعلاجها. وحثنا على اعطاء الدواء لمن يصاب بهذه الأمراض واطباء هذا المرض : هم رسل الله وانبياؤه الذين تلقوا وحى السماء ليصفوا العلاج لذلك فانه مسلم اليهم بطب القلوب لأنه لا سبيل الى صلاح القلوب الا من خلال هدى السماء وعلاج القلوب لا يكون الا من تعليمات الوحى الذى يتنزل على الأنبياء .

والقلوب العارفة بربها المطمئنة الى عدله التى يلتزم صاحبها بأداء الحقوق التى فرضها الله سبحانه وعلى السنة رسله تجد ان صاحبها يلتزم بالأدب فى سلوكه والأخلاق فى افعاله وهو فى تصرفاته متزن يمشى بين الناس هادىء النفس واثق الخطى .

يقول الله سبحانه :

« من عمل صالحا من ذكر او انثى وهو مؤمن فلنحيينه حياة طيبة ولنجزينهم اجرهم باحسن ما كانوا يعملون(٢) » .

---

(١) الاحزاب ٣٢
(٢) النحل ٩٧

من هنا فان مهمة الانبياء فى المقام الأول هداية النفوس وتوثيق الصلة بين الانسان وخالقه ورسم منهج أخـــلاقى للتعامل الأخلاقى والاجتماعى بين الناس لأن الانسان خليفة الله فى الأرض استخلفه لحكمة عالية : ولم يتركه الى فكره وهواه . بل أرسل اليه الرسل مبشرين ومنذرين وقـــد بينوا ونبهوا وفصلوا واحكموا وبشروا وأنذروا لئلا يكون لاحـــد على الله حجة يـــوم القيامة .

ولكن الطبائع النفسية قابلة للتغير والنمو والذبول تبعا لمـــا يوافقها أو يخالفها من الأحوال من هنا كان دور المربين والمصلحين فى ترقيق الوجدان هاما لأن الانسان اكثر تقليدا من اى شىء آخر.

واذا كنا نقول ذلك فأننا لا نغفل اثر البيئة بما لها من تأثير عجيب فى ارهاق المدارك وتهذيب الأخلاق .

والمجتمع له عوامله الكثيرة كلها ذات شأن خطير فى تنمية الخلق فى الانسان الـــذى هو موضع التقاء أشـــعة كثيرة لكل شعاع منها سلطان على خلقه وعمله (كالأسرة والمدرسة والصداقة) والاســـلام لم يغفل هذه الجوانب وانمـــا وضع لها من الضوابط ما يكون سببا فى اســـعاد الانسان .

ان العلم الحديث يعبر عن هـــذه الأمراض لأنها امراض نفسية أو عصبية ، لأنها تصيب الانسان بهزات نفسية فى أعماقه فتصدع حياته ويعيش منعزل الفكر مطوى النفس ، ذلك لأنه شك فى خالقه ولو كان يؤمن به ما عصاه فخاف من نفســـه ومن اخوانه ولم يخف من الله الذى خلقه وسواه :

« يستخفون من الناس ولا يستخفون من الله وهو معهم اذ يبيتون ما لا يرضى من القول(١) » .

---

(١) النســـاء ١٠٨

وهؤلاء عندما يذهبون الى الطبيب لا يستطيع أن يحدد لهم مرضا عضويا يشخص له العـــلاج لأنه « **فى قلوبهم مرض فزادهم الله مرضا ولهم عذاب اليم بما كانوا يكذبون(١)** » .

وعلاج هؤلاء سهل بســيط يتلخص فى .

١ — أن يرجعوا الى الله الذى خلقهم

٢ — أن يبتعدوا عن ظلم انفســهم بارتكاب الموبقات وفعل المحرمات .

٣ — أن يلتزموا تعاليم الأنبياء .

انهم ان فعلوا ذلك حولت حياتهم من تعاسة الى سعادة ومن اضطراب عصبى الى هدوء نفسى . واتزان فى الشخصية وصدق الله العظيم :

« **يايها الناس قد جاءتكم موعظة من ربكم وشفاء لمـا فى الصدور . وهدى ورحمة للمؤمنين قل بفضل الله وبرحمته فبذلك فليفرحوا هو خير مما يجمعون(٢)** » .

ويقول : « والذين آمنوا وعملوا الصالحات وآمنوا بما نزل على محمد وهو الحق من ربهم كفر عنهم سيئاتهم وأصلح بالهم(٣)» .

ان القرآن الكريم نزل ليـكون شــفاء للأمراض النفسية والاضطرابات العصبية : « **وننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين ولا يزيد الظالمين الا خسارا(٤)** » والمقصود من شفاء القرآن

---

(١) البقـرة ١٠
(٢) يونس ٥٧ ، ٥٨
(٣) ســورة محمد آية ٢
(٤) الاسراء ٨٢

لأمراض النفوس هو تخليصها من الأخلاق الردية والطبائع الذميمة والدفع بهـا الى السـير فى الطريق السـليم والالتزام بالمنهج الأخـلاقى الكريم وضبط السلوك على هدى القرآن وسيدنا محمد صلى الله عليه وسلم الذى اعطاه الله ما لم يعط احدا من قبله ولا من بعده مع أنه طبيب القلوب الا أن الله منحه الحكمة فجرت على لسانه كلمات هى فى مجال طب الأبدان تعتبر أصلا من أصول الطب الحديث التى اسـتقى منهـا أطباء الأبدان هديهم وصدق رسول الله صـلى الله عليه وسلم اذ يقول : (أوتيت الكتاب ومثله معـه(١))وكلام رسـول الله صلى الله عليه وسـلم فى الطب وغيره مستمد من القرآن الـذى هو الشفاء التام من جميع الأدواء القلبية والبدنية وادواء الدنيا والآخرة وما كل احد يؤهل ولا يوفق للاستشفاء به الا اذا احسن التداوى به واخذه بصدق ويقين وايمان تام واعتقاد جازم بأنه يتداوى بكلام الله رب العالمين :

« الذى خلقنى فهو يهدين ٠ والذى هو يطعمنى ويسقين٠واذا مرضت فهو يشفين٠ والذى يميتنى ثم يحيين٠والذى اطمع أن يغفر لى خطيئتى يوم الدين(٢) » ٠

وكيف لا تقاوم الأمراض بكلام رب الأرض والسماء ٠

وهذا الكلام لو نزل على الجبال لصـدعها أو على الأرض لقطعها :

« لو انزلنا هذا القرآن على جبل لرايته خاشعا متصدعا من خشية الله(٣) » ٠

---

(١) عون المعبود شرح سنن أبى داود للعظيم آبادى ج ١٢ ص ٣٥٤ ، ٣٥٥ ج ١ محمد عبد المحسن ٠
(٢) الشـعراء ٧٨/٨٢
(٣) الحشر ٢١

فما من مرض من امراض القلوب والأبدان الا وفى القرآن سبيل الدلالة على دوائه على أن يعتقد المريض أن المؤثر هو الله تعالى وهو سبحانه الشافى لكن على الانسان أن يأخذ بالأسباب .

جاء فى الصحيحين من حديث أبى سعيد الخدرى قال : انطلق نفر من أصحاب النبى صلى الله عليه وسلم فى سفرة سافروها حتى نزلوا على حى من أحياء العرب فأستضافوهم فأبوا ان يضيفوهم : فلدغ سيد ذلك الحى . فسعوا له بكل شيء . فقال بعضهم لو أتيتم هؤلاء الرهطالذين نزلوا لعلهم أن يكون عند بعضهم شيء فأتوهم فقالوا : ياايها الرهط : ان سيدنا لدغ وسعينا له بكل شيء فهل عند أحد منكم من شيء . فقال بعضهم نعم . والله انى لأرقى ولكن استضفناكم فلم تضيفونا فما انا براق حتى تجعلوا لنا فصالحوهم على قطيع من الغنم وانطلق يتفل عليه ويقرأ الحمد لله رب العالمين . فكأنما نشط من عقال فانطلق يمشى وما به قلبه قال : فأوفوهم جعلهم الذى صالحوهم عليه . فقال بعضهم اقتسموا فقال الذى رقى لا تفعلوا حتى نأتى رسول الله صلى الله عليه وسلم فنذكر له الذى كان فننظر ما يأمرنا فقدموا على رسول الله صلى الله عليه وسلم فذكروا له ذلك فقال وما يدريك انها رقية . ثم قال : قد أصبتم اقتسموا واضربوا لى معكم سهما(١) .

وكذلك ما رواه ابو داود فى سننه من حديث أبى الدرداء قال سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول من اشتكى منكم شيئا أو اشتكى له أخ له فليقل ربنا الذى فى السماء تقدس اسمك

---

(١) اللؤلؤ والمرجان فيما اتفق عليه الشيخان للاستاذ محمد عبد الباقى جـ ٣ ص ٨٠ ، ٨١ ط. عيسى البابى الحلبى (١٣٦٨هـ — ١٩٢٩م) .

فى السماء والأرض وأمرك فى السماء والأرض كما رحمتك فى السماء فاجعل رحمتك فى الأرض واغفر لنا حوبنا وخطايانا انه رب الطيبين انزل رحمة من عندك وشفاء من شفائك على هذا الوجع فيبرأ[1] باذن الله ونذكر فى هذا المقام بعض ما جرى على لسان رسول الله صلى الله عليه وسلم من التعويذات لأن الهدى النبوى له تأثير فى العلاج من ناحية التأثير النفسى خاصة اذا كان الانسان طيب السيرة حميد الخلق فلقد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يكثر من قراءة المعوذتين وفاتحة الكتاب وآية الكرسى . ومن ذلك قوله صلى الله عليه وسلم : **(أعوذ بكلمات الله التامة من كل شيطان وهامة . ومن كل عين لامة[2])** وكذلك قوله : **(أعوذ بكلمات الله التامات التى لا يجاوزهن بر ولا فاجر من شر ما خلق وذرأ وبرأ** ومن شر ما ينزل من السماء . ومن شر ما يعرج فيها . ومن شر ما ذرأ فى الأرض ومن شر ما يخرج منها ومن شر فتن الليل والنهار ومن شر طوارق الليل والنهار الا طارقا يطرق بخير يا رحمان) .

وقوله : (اللهم انت ربى لا اله الا انت عليك توكلت ، وانت رب العرش العظيم ما شاء الله كان وما لم يشأ لم يكن لا حول ولا قوة الا بالله العلى العظيم ، اعلم أن الله على كل شىء قدير وان الله قد احاط بكل شىء علما ، اللهم انى أعوذ بك من شر نفسى وشر الشيطان وشركه ومن شر كل دابة انت آخذ بناصيتها ان ربى على صراط مستقيم) .

---

(1) عون المعبود وشرح سنن أبى داود للعظيم آبادى ج.١ ص٣٨٥ ط. محمد عبد المحسن (١٣٨٨هـ — ١٩٦٩م) .

(2) فتح البارى شرح صحيح البخارى لابن حجر ج ٧ ص ٢٢٠ ، ٢٢١ ط. مصطفى البابى الحلبى (١٣٧٨هـ — ١٩٥٩) .

ويقول ايضا : « تحصنت بالله الذى لا اله الا هو الهى واله كل شىء ، واعتصمت بربى ورب كل شىء . وتوكلت على الحى الذى لا يموت واستدفعت الشر بلا حـــول ولا قوة الا بالله ، حسبى الله ونعم الوكيل .

ان توجيهات النبى صـــلى الله عليه وسلم فى هـــذا المقام كثيرة جدا يجد منها الانسان عزاء روحه وشفاء نفسه . ومن واظب عليها عرف مقدار منفعتها وشدة الحاجة اليها وفيها الشفاء من كل داء بحسب قـــوة ايمان قائلها . وقـــوة توكله على الله . وثبات قلبه باليقين فى الله .

واذا كنا قد المنا بشىء من الطب الروحى فيما قدمناه فاننا نتعرض لطب الأبدان وهو كذلك ينقسم الى قسمين :

١ ــ الطب الوقائى :

٢ ــ الطب العلاجى :

اما الطب الوقائى : فهو العناية بالأفراد والمجتمعات لمنعهم من الوقوع فى المرض والاصـــابة ويقابله بلغـــة العصر (الحجر الصحى) .

والثقافة الصحية : وتوعية المواطنين فى اساليب حفظ الصحة بما يتم شرحه عن علم التغذية والمقومات ، ومكافحة سوء التغذية . والاسلام الجامع المانع يربى اتباعه على اساس واضح من الصحة الفكرية والجسمية . وعلى تطلع دائم نحو قوة العقل والجسم ، لانه بذلك يتكامل المؤمن فى شخصيته وانسانيته ووعيه وادراكه ، لانه من المعـــلوم ان المؤمن القوى خير واحب الى الله من المؤمن الضعيف ومن الحكم المأثورة : « العقل السليم فى الجسم السليم » . والوقاية خير من العلاج . والاسلام له فى ذلك منهج اهمه :

النظـــافة :

لقد عنى الاســـلام عناية كبيرة بالنظافة ، واهتم بطهارة المسلم من ناحيتين :

(أ) ناحية الباطن : وذلك سبب لتزكية الأخـــلاق وسمو الأعمال لأن الباطن هو الأساس لاستقامة الظاهر لأن القلب الطيب الطاهر لا يصـــدر عنه الا كل خير .

فالانسان اذا تراكمت الذنوب على قلبه عمى عن الحق وقسا على الخلق وصار يتخبط فى ظلمات الباطل .ويفترى على الله وعلى الناس . ويقول سيدنا رســـول الله صـــلى الله عليه وسلم (ان المؤمن اذا اذنب ذنبا نكت نكتة ســـوداء فى قلبه فان تاب ونزع واستغفر صـــقل منها . وان زاد زادت حتى يغلف بها على قلبه فذلك الران الذى ذكره الله تعالى فى كتابه(1) : « **كلا بل ران على قلوبهم(2)** » . . ومن المعلوم أن أمراض القلب كثيرة جدا . منها : الحقد والكبر والعجب والرياء والنفاق والحســـد والطمع والجبن والبخل ولن يطهر القلب الا اذا تاب الانسان واناب ورجع الى الله وواظب على العبادات ، وصـــدق رســـول الله صـــلى الله عليه وسلم عندما قيل له يا رسول الله : اى الناس افضل ؟ قال : كل مخموم القلب صدوق اللسان (قال صدوق اللسان نعرفه فما مخموم القلب ؟ قال: (هو التقى النقى لا اثم فيه ولا بغى ولا غل ولا حسد(3)) ويقول أيضا : **القلوب اربعة : فقلب اجرد فيه سراج يظهر فذلك قلب المؤمن : وقلب أسود منكوس فذلك قلب الكافر وقلب اغلف**

---

(1) تحفة الاحوذى شرح جامع الترمذى ج ٩ ص ٢٥٣ ، ٢٥٤ ط. محمد عبد المحسن .

(2) سورة المطففين الآية ١٤ .

(3) سنن ابن ماجه ج ٢ ص ٥٥٣ ط . التازية .

مربوط على غلافة فذلك قلب المنافق : وقلب مصــفح فيه ايمان ونفــاق(1)) .

مما سبق الاشارة اليه يتبين لنا أن الاســلام يهتم بالانسان ظاهرا وباطنا قلبــا وقالبا واذا كنا قد أشرنا الى الباطن وهو ما سبق الاشارة اليه فى أول البحث .

فهذا هو المرض النفسى الــذى عبر عنه القرآن بمرض القلوب .. ومن المعلوم أن : نظافة الباطن هى التى تؤدى الى نظافة الظاهر والاهتمام بها .

(ب) النظافة الظاهرية :

فقد اهتم الاســلام اهتماما كبيرا بهــا وجعلها احيانا واجبة . واحيانا مســتحبة . وذلك لأن الاسلام يحرص على ان يكون المسلم ذا هيئة وضــاءة ومنظر حسن تتضوع منه الرائحة الطيبة .. نظيف الوجه واليدين يمشى بين الناس وكأنه شامة بيضاء . قال تعالى : **« يابنى آدم خذوا زينتكم عند كل مسجد » .**

وقال سبحانه : **« يابنى آدم قد انزلنا عليكم لباسا يوارى سوآتكم وريشا ولباس التقوى ذلك خير » .**

هذا وقد جعل الاســلام الطهارة واجبة فى أمور اهمها :

(أ) الاستبراء من البول والغائط :

بأن يغسل الانسان مخرجى البول والغائط بعد قضاء حاجته غسلا جيدا تطهيرا لنفســه وابعادا للرائحة الكريهة ولا يغسل

---

(1) الفتح الربانى لترتيب سند الامام احمــد بن حنبل ترتيب الســاعاتى ج ١٩ ص ٢٩٠ ط. الأولى .

بيمينه مكان خروج الفضلات منه فقد صح عن رسول الله صلى الله عليه وسلم قوله (**تنزهوا من البول فان عامة عذاب القبر من البول(١)**) . ويقول صلى الله عليه وسلم — ايضا : (**اتقوا البول فانه اول من يحاسب به العبد فى القبر(٢)**) .. ذلك لأن البول والغائط نجسان ولا يتأتى لمسلم يؤمن بالله ورسوله أن يمشى بين الناس وهو ملتبس بالنجاسة ولقد بين لنا رسول الله صلى الله عليه وسلم — فى أحاديث كثيرة أن نتنزه من البول حتى لا يتطاير منه رذاذا على البدن أو الثوب عند نزوله . وذلك غاية فى الطهارة . وفيما رواه البخارى وغيره أن النبى — صلى الله عليه وسلم — مر بحائط من حيطان مكة أو المدينة فسمع صوت انسانين يعذبان فى قبورهما فقال النبى صلى الله عليه وسلم (انهما ليعذبان وما يعذبان فى كبير ثم قال : بلى كان أحدهما لا يستبرىء من بوله وكان الآخر يمشى بالنميمة وفى احدى الروايات كان لا يتنزه من البول(٣)) .

ومما رواه الامام مسلم — رضى الله عنه — عن رسول الله — صلى الله عليه وسلم — قوله : (اذا بال أحدكم فلا يمس ذكره بيمينه واذا دخل الخلاء فلا يتمسح بيمينه واذا شرب فلا يتنفس فى الاناء(٤)) .

الا ما أعظم هذه التعليمات النبوية الكريمة فى مجال المحافظة على الصحة .

---

(١) جامع الأحاديث للسيوطى جـ ٣ ص ٦٤٣ وعزاه للدارقطنى .
(٢) فيض القدير للعلامة المناوى جـ ١ ص ١٣ وعزاه للطبرانى ومنه ط. مصطفى محمد .
(٣) فتح البارى بشرح صحيح البخارى لابن حجر جـ ١ ص ٣٢٩ ط. مصطفى البابلى الحلبى (١٣٧٨هـ — ١٩٥٩م) .
(٤) زاد المسلم فيما اتفق عليه البخارى ومسلم للشنقيطى جـ ١ ص ٢٦ ط. مصر ١٩٥٤م .

ومن المعلوم أن الاســـلام فى هـــذا يحثنا على تنظيف تلك الأماكن ، لأنهـــا مصـــدر لتجمع الجراثيم التى لو تركت بلا غسل لكانت ســـببا فى وجـــود أمراض خطيرة تفتك بالانسان وتهد صـــحته .

وكذلك النهى عن الغسل باليمين لأن الانسان يأكل بها ويشرب وربما تلتصـــق بهـــا جراثيم تلتصق بجسم الانسان فلو مد يده اليمنى فتلتصـــق بهـــا تلك الجراثيم فربما وصـــلت الى فمه عند تناول طعامه فيكون من وراء ذلك المرض .

(ب) تقليم الأظافر :

ونتف الأبط ، وحلق العانة والختان للرجال .. فـــان هذه الأشياء لو تركت مكانها لتسببت فى الكثير من الأمراض الجلدية لأن الجراثيم والفيروسات تعلق بها وتنطوى بداخلها .. ومن هنا يقول انس بن مالك — رضى الله عنه — وقت لنا رســـول الله — صلى الله عليه وسلم — فى قص الشارب وتقليم الأظافر ونتف الأبط وحلق العانة : **(الا تترك أكثر من أربعين ليلة)** .

(جـ) غسل شعر الرأس وتسريحه :

حتى يظهر الرجل بمظهر حسن وحتى لا يكون مجمعا للاوساخ والجراثيم فقد دخل رجل على النبى — صـــلى الله عليه وسلم ثائر الرأس اشعث اللحية فقال : أما كان لهذا دهن يسكن به شعره ؟ ثم قال : **(يدخل احدكم كانه شيطان(١))** .

---

(١) زاد المسلم فيما اتفق عليه البخارى ومسلم للشنقيطى جـ ١ ص ١٧٤ ط. مصر ١٩٥٤ .

(د) الاستحمام الاسبوعى :

لأن الاستحمام يزيل الرائحة الكريهة ويبعد الأذى عن الجسد. وفى هذا يقول رســول الله صــلى الله عليه وسلم — فى الحديث المتفق عليه : « حق على كل مســلم أن يغتسل فى كل سبعة أيام يوما . يغسل فيه رأسه وجسده » كذلك الغســل من الجنابة : وبعد الحيض والنفاس لأن كل هــذه الأمور من شأنها أنها تخرج فضلات من الجسم وتكون سببا فى ارتخاء الأعصاب فيأتى الاغتسال فينشط الأعضاء ويجدد الدورة الدموية فى الانسان . كذلك :

الوضوء : الذى هو غسل الأعضاء الظاهرة للانسان . حيث تتراكم عليها الأتربة فلو تركت لســدت منافذ العرق وتسببت فى مرض جلدى فيأتى الوضوء فيزيل كل ذلك لأن جلد الانسان يتكون من طبقتين :

الطبقة السطحية وتسمى (الادمة) وهى على تماس من المحيط الخارجى ولها مسام عديدة لا يحصيها عد واحصاء .

والطبقة الثانية : وتدعى (البشرة) وفيهــا الغدد التى تفرز العرق والغدد التى تفرز المــادة الدهنية . ونهاية افنيتها فى الادمة . والجلد بتركيبة هــذا يمتص ويفرز ومن خلاله تدخل الجراثيم وعلى الجلد يتجمع الغبار والأوساخ والافرازات .

لذلك فان الغسل يفيد فى ازالتها جميعا وفتحات الجسم كالفم والأنف والعيون والأذن كلها معرضة لتكون ممرا ومستقرا للجراثيم فعن طريق الفم يصاب جهاز الهضم وعن طريق الأنف يصاب جهاز التنفس وعن طريق الأذن يصاب الدماغ .

لذلك كان من الأهمية أن نعتنى العناية الكافية الدائمة بهذه

المرات الخطرة التى تستعملها الجراثيم فى استراتيجيتها الهجومية على جسم الانسان .

وعلى هــذا الأساس العلمى الصحيح فى حفظ الصحة . ومكافحة المرض يعتمد الاســلام العظيم لحماية أبنائه فى حياتهم الدنيا على هــذه الوسائل . وهــذا أمر بنى عليه الطب الوقائى . وهنا تكمن عظمة الاســلام فى أنه أمر الهى يجمع بين طهارة الظاهر والباطن . وصــدق رســول الله صــلى الله عليه وســلم **(طهروا هذه الأجساد طهركم الله(١))** .

هذه الوسائل تحفظ للجلد فى الانسان نظافته وطهارته وتمنع تجمع الأوساخ والعرق والافرازاتويتخلص الانسان بها من الرائحة البدنية الكريهة . ومن ثم تحفظ له صحته ويكون فى أمن وأمان من الجراثيم والطفيليات التى تسبب الأمراض والأوبئة والآلام . هذا من جهة : ومن جهة أخرى فهى من صــلب تعاليم الاســلام . فاذ أضاف اليها المؤمن نية العبادة والتقرب الى الله . فانها تكون سببا فى تقبل عباداته التى يؤديها بهذه الطهارة .

وصدق رسول الله صــلى الله عليه وســلم **(ان لجسدك عليك حقا(٢))** ويتبين لنا أن طهارة النفس تقود لسعادة الآخرة : وطهارة الجسم تسهم فى سعادة الدنيا وتهيىء الانسان أن يحيا بين الناس حياة اجتماعية سعيدة يألفه الناس ويجالسونه وهنيئا لمن جمع هــذه الأشــياء فى اطــار واحد يقــول الله تعالى مبينا لنا هــذه الأشياء :

---

(١) فيض القدير للعلامة المناوى ج ٤ ص ٢٧١ ط. مصطفى محمد .
(٢) اللؤلؤ والمرجان فيما اتفق عليه الشيخان لمحمد فؤاد عبد الباقى ج ٢ ص ٢٤ ط. عيسى الحلبى (١٣٦٨هـ — ١٩٤٩م) .

« ياأيها الذين آمنوا اذا قمتم الى الصلاة فاغسلوا وجوهكم وأيديكم الى المرافق وامسحوا برءوسكم وأرجلكم الى الكعبين وان كنتم جنبا فاطهروا(١) » .

ويقول الرسول فى الحديث المتفق عليه « أرأيتم لو أن نهرا بباب احدكم يغتسل منه كل يوم خمس مرات هل يبقى من درنه شيء ؟ قالوا لا يبقى من درنه شيء(٢) .

عناية الاسلام بنظافة الفرد :

والنظافة للفرد هى نظافة الجسم والملبس والمأكل والمشرب وكذلك الهواء الذى يتنفسه والبيئة التى يحيا فيها لأن النظافة من الدين واذا كانت النظافة مطلوبة بصفة عامة ليعود ذلك على المجتمع كله نضارة وحيوية وبهجة ذلك لأنها مطلوبة للفرد بصفة خاصة والنظافة ذات شقين .. اولهما عامة ويقصد بها الاستحمام حيث يزال من على جلد الانسان كل ما يعلق به من جراثيم نتيجة افراز العرق أو من الأتربة الموجودة فى الهواء . وتساعد نظافة الجلد على تخفيف حرارة الجسم حيث أن الجلد فى الانسان يعتبر خط الدفاع الأول ضد الميكروبات ولو أهملت نظافة الجلد نتج عنها الأمراض الجلدية والدمامل بالاضافة الى الروائح الكريهة المنفرة لذلك رغب الاسلام فى الاستحمام لأنه يزيل من على الانسان ما لصق بجلده من افرازات عرقية أو التصق به بعض غبار من الجو وفى حث الاسلام على الاستحمام ما يعطينا الدليل على أن الاسلام يهتم بالنظافة اهتماما عظيما فنرى الترغيب فى

---

(١) سورة المائدة الآية ٦

(٢) رياض الصالحين للامام النووى تحقيق مصطفى عمارة ص ٤١٦ ط. عيسى البابى الحلبى .

الاستحمام كل سبعة أيام مرة فقد صح عن رسول الله صلى الله عليه وسلم قوله **(ان لله حقا على كل مسلم أن يغتسل فى كل سبعة أيام وقوله من توضأ يوم الجمعة فبها ونعمت ومن اغتسل فالغسل أفضل(١))** .

ولم يكتف الاسلام بذلك بل رغب فى الاستحمام عند شهود الجمعة والجماعات أو حضور ندوة من الندوات أو الاحرام للحج أو لدخول مدينة رسول الله صلى الله عليه وسلم وقصد الاسلام بذلك أن يظهر المسلم وهو فى ابهى صورة وأحسن هيئة وفى هذا جاء قول الله تعالى : **((يابنى آدم خذوا زينتكم عند كل مسجد(٢)))** والاسلام وهو يرغب اتباعه فى هذا يقصد من وراء ذلك نظافة أجسامهم حتى لا تكون مرتعا خصبا لميكروبات مرضية ثم ليكون المسلم الفا مألوفا من المسلمين ، يقتربون منه ويلتصقون به ولا يشمون منه ما يؤذيهم أو يحط من كرامته .

ثم يكون المسلم بطبعه قويا عنده حصانة ضد الميكروبات ذكيا لأن الماء الذى استحم به حرك دورة الدم فى جسده وجعله نشيطا يشعر بالسعادة والغبطة والارتياح ، والاسلام وهو يرغب فى الاستحمام لما ذكرناه لم يكتف بذلك بل جعله واجبا من الواجبات فى بعض الأحايين وذلك عند الجنابة وبعد الحيض والنفاس والولادة.

واذا كان هذا من الواجب على المسلم أن يفعله فان صلاته لا تقبل الا اذا اغتسل لقول الله تعالى: **((وان كنتم جنبا فاطهروا(٣)))** وكثير من العبادات لا تقبل الا بعد الغسل .

---

(١) الفتح الربانى لترتيب سند الامام أحمد بن حنبل الشيبانى للساعاتى جـ ٦ ص ٥٠ ١٣٥٥هـ .
(٢) سورة الأعراف الآية ٣١
(٣) سورة المائدة الآية ٦

هذا : ولعلنا نلحظ ان الاسلام حث ورغب فى الاستحمام أيام الأعياد والمناسبات الطيبة حتى يكون اجتماع المسلمين ولقاءاتهم فى محافل الخير ، ويستحب غسل الجسم يوميا بماء بارد أو فاتر على أن يكون ذلك عند القيام من النـــوم أو بعد الأكل بثلاث ساعات على الأقل فان ذلك يساعد على نظافة الجسم وفتح مسامه وذلك يساعد على انقباض العروق يلى ذلك جريان الدم وخفض الضغط ونقص التوتر فى العضلات وتنشـــط المبادلات التنفســـية وتخف الاضطرابات العصبية علما بأن أخذ حمام بماء فاتر يهدىء الأعصاب ويعدل النبض والتنفس .

المهم : أن الاستحمام يزيد الانسان قوة ونشاطا واذا كانت الصحة العامة تدعو اليه فان الاســـلام رغب فى ذلك وحث عليه ذلك لأن الصحة هى حالة ليس فى الدنيا ما هو خير منها لأنها طريق الرخاء والنعيم . واذا كانت منظمات الأمم العالمية جعلت للصحة يوما من أيام السنة تحتفل فيه بالصحة العالمية وينبثق منها مراكز للثقافة الصحية التى هى فن تعليم الناس سبل الوقاية من المرض والاحتفاظ بالصـــحة فان الاســـلام ســـبق كل ذلك حيث جاء فى تعاليمه ما يرشد الى الحفاظ على الصحة والبعد عن كل ما من شأنه أن يضعف الانسان بدنيا أو صحيا .

والشق الثانى النظافة الموضعية وتشـــمل أجزاء معينة من جسم الانسان أهمها :

الأيدى : ذلك لأن اليد يقضى بها الانسان حاجته وهى مكشوفة معرضة للهواء بما يحمل من غبار ويتصبب منهـــا العرق أحيانا وفى هذه الحالة لو تركت لكانت مرتعا خصبا للجراثيم التى تدخل الى معدة الانسان عن طريق فمه بواســـطة يده التى يأكل بها . وفى هذه الحالة يصاب الانسان بالعديد من الأمراض . لذلك كان من

فضل الله وكرمه ان شرع لنا الوضوء الذى هو مفتاح الصلاة التى هى قربة الى الله تبارك وتعالى .

ولقد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم من سننه فى الوضوء أن يغسل يديه فى أول الأمر ثم بعد ذلك يبدأ فى الوضوء . وكان اذا استيقظ من نومه غسل يديه أولا . يقول صلى الله عليه وسلم (**اذا استيقظ احدكم من نومه فلا يغمس يده فى الاناء حتى يغسلها ثلاثا فانه لا يدرى اين باتت يده(١)**) وذلك من باب الحرص فان الانسان وهو نائم لا يدرى أين كانت يده ربما تكون قد وصلت الى اماكن حساسة من جسده فاصابها بلل أو عرق فكان غسلها حتى لا يكون هناك طفيليات حية تتسرب الى جسمه . وكان من عادته الشريفة صلى الله عليه وسلم أنه يجعل يده اليمنى **لتناول الطعام** : والأشياء الطيبة اما يده اليسرى فكان يغسل بها مقعده بعد قضاء حاجته وحذر من استعمال اليمنى فى هذا كما قلنا حفاظا على الصحة العامة .

هذا وكان من عادته صلى الله عليه وسلم أنه يغسل يديه بعد خروجه من الخلاء وعلينا نحن ان نفعل ذلك وأن نغسل الأيدى بالصابون فاذا لم نجد فعلينا أن نحك يدنا فى شىء خشن تطهيرا لها وازالة لما علق بها من روائح مع ملاحظة غسل الأيدى قبل الطعام وبعده وبعد مصافحة المرضى لأن كل ذلك عامل هام فى الوقاية من الأمراض المعدية التى تنتقل عن طريق الفم الذى تتصل به اليد اليمنى كثيرا عند الأكل او الشرب .

---

(١) زاد المسلم فيما اتفق عليه البخارى ومسلم جـ١ ص٢١ ط. مصر ١٩٥٥م.

نظافة الفم والأسنان :

فم الانسان يشبه البحر والأسنان فيه كالقنطرة التى يتوصل عليها الانسان من هنا الى هناك . وكان من رحمة الله ان جعل كل انواع الغذاء يدخل الى المعدة عن طريق هـذا الفم . وتقوم الأسنان بعملية تكسير الطعام وطحنه وخلطه باللعاب الذى أودعه الله فى غـدد داخلية بالفم تمده بهذا النـوع من السائل الذى له خاصية فريدة من اذابة الطعام والمساعدة على بلعه . ورسولنا صلى الله عليه وسلم أرشدنا الى غسل الفم عند :

١ — القيام من النوم .

٢ — عند كل وضوء .

٣ — قبل الأكل وبعده .

ذلك لأن الفم عرضة لمجموعة كبيرة من الجراثيم لأن اكثر ما يتناوله الانسان من طعام وشراب ويشـمه من هواء . كل ذلك مفعم بكثير من الجراثيم وتقضى عليها .

والأسنان بلونها وانتظام رتلها من اهم أسباب الجمال فى الفم وهى كذلك بمتانتها وسلامتها تحفظ للفكين وضعيهما الطبيعى فيتم بذلك جمال الوجه كله وهى بتمامها وصـحتها تجعل النطق سليما واللفظ مفهوما . فعلى سلامة هـذه الدرر يتوقف حسن الهضم وبصحتها يتم جمال الوجه ويستقيم اللفظ لذلك تتم نظافة الفم بغسله والمضمضة أهم شىء فى ذلك والسواك للاسنان اعظم وسيلة لنظافتها لأن عفونة الفم أولا تؤذى الجار فيبتعد الشخص عن المتحدث الذى تنبعث الرائحة الكريهة من فمه ولهذا كان من سنن الوضـوء المضمضة بل هى فرض عند الحنابلة والسواك كما يقول الرسول عليه الصلاة والسلام « **السواك مطهرة للفم**

مرضاة للرب[1]) . وفى حديث آخر (لولا ان اشق على امتى لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة[2]) .

الأنف : هى وسيلة لدخول الهواء الى الرئتين لأن الهواء له تأثير كبير فى حفظ توازن الصحة العامة ومن رحمة الله وفضله انه جعل فى داخل الأنف شعيرات هى كالمنخل الذى يتم به تنقية الأشياء . فهذه الشعيرات تحجز المكروبات فتتعلق بها فكان من هدى الرسول صلى الله عليه وسلم وارشاداته أن وجهنا الى غسل الأنف خمس مرات فى اليوم عند كل وضوء كل مرة ثلاث مرات وأوقات الصلاة خمس فيكون مجموع غسل الفم هو (٣ × ٥ = ١٥ مرة) وهذا كفيل بازالة أى نوع من أنواع الجراثيم التى علقت بالشعر الداخلى للأنف . وفى نفس الوقت تطهر مجرى الأنف وتجعله صالحا لأستنشاق الهواء النقى مما يحفظ على الانسان صحته وبالذات عدم التعرض لأى مرض صدرى يؤثر على الانسان ويدمر صحته .

نظافة الوجه :

الوجه هو المرآه التى تنعكس فى أعين الآخرين وبه يعرف الانسان ان كان جميلا او قبيحا ضحوكا أم عبوسا . والناس يحكمون على الفرد من خلال تجاعيد وجهه وما يظهر عليه من سمات النظافة أو القذارة .

ولما كان الوضوء هو الوضاءة والحسن والجمال جاء فى الأمر الالهى الصادر الينا :

---

(١) سنن النسائى جـ١ ص١٠ ط. مصطفى محمد .
(٢) اللؤلؤ والمرجان فيما اتفق عليه الشيخان لمحمد فؤاد عبد الباقى جـ ١ ص ٦٤ ط. عيسى البابى الحلبى (١٣٦٨هـ — ١٩٤٩م) .

« يا ايها الذين آمنوا اذا قمتم الى الصلاة فاغسلوا وجوهكم وايديكم الى المرافق وامسحوا برءوسكم وارجلكم الى الكعبين(١) ». صدق الله العظيم .

ويستدل من هـــذا أن الوجه هو اشرف ما فى الانسـان حيث تعلوه الجبهة وبه العينان وهما جوهرتان غاليتان ومن رحمة الله أنه حصنهما بحصون طبيعية مثل الحواجب والأهداب والأجفان وجعل الدمع سائل مطهر فعلى الانسان المسلم ان يحافظ على جمال وجهه وأن يعمل على ازالة ما بالجفون أو الحاجبين من اتربة قد تلتصق بها جراثيم تؤذى العين التى هى اثمن شىء واغلاه فى الوجه لأنها النافذة التى تطل على العالم وبنور العين يتعرف الانسان على جمال الطبيعة والأبيض والأسود وغير ذلك كثير . لذلك شرع الله الوضوء وجعله فرضا على الانسان ويبدأ بغسل الوجه لأنه عرضة لأشياء كثيرة والمـــاء افضل وســـيلة لطهارة هـــذا الجزء الظاهرى المكشوف ثم ان الوجه من المواجهة للغير ، فكلما كان نظيفا لا يقف عليه الذباب أو الباعوض الـــذى ينقل العدوى خاصة للعينين بمرض الرمد أو الجدرى على الجلد الظاهرى ولذلك فان على الانسان الا يستعمل مناديل الغير او فوطه أو مخداته لأن كل ذلك وسيلة من وسائل نقل العدوى كذلك مشط الراس .

نظافة الشعر :

جاء الأمر الالهى بغسل الوجه واليدين وقد تقدم ذلك الا ان اليدين فى الوضـــوء يتم غسلهما الى المرفقين وذلك لأن اليد الى المرفقين قد تتعرض لعوامل الأتربة فيأتى الوضوء لازالتها ونظافتها ، وبعد ذلك يأتى الشعر الـــذى هو فى الراس والمسح عليه لازالة

---

(١) المـــائدة ٦

الاتربة ان كانت الراس عارية او لازالة العرق الذى اخذ معـــه المواد الدهنية ورفعها الى اعلى فياتى المسح لازالة كل ذلك . هذا ولما كانت الراس تفرز مواد دهنية فانه على الانسان علاوة على مسح الشعر عند كل وضوء ان يغسلها بالصابون والماء مرة كل يوم مع تدليك فروة الراس لتنشيط الدورة الدموية وتقوية الشعر ومنعه من السقوط .

وناخذ هـــذا من فعل الرسول صلـــى الله عليه وسلم عندما كان يمســـح بمقدمة راسه الى المؤخرة ثم ياتى من مؤخرة راسه الشريف الى المقدمة .

ان بعض الناس الذين يقومون بترك شعورهم دون غسل فانه يكون عرضة للتقمل الـــذى يكون سببا فى امراض القراع والامراض الجلدية ولهذا قال الرســـول صـــلى الله عليه وسلم (حق على كل مسلم ان يغتسل فى سبعة ايام يوما يغســـل فيه راسه وجسده) وعلى الانسان الا يستعمل مشط غيره فى تسريح شعره حتى لا يكون عرضة للاصـــابة ببعض الامراض التى تنقل من خـــلال اسنان المشط .

الاذن والرقبة :

الاذن هى المصدر الذى تدخل منه الاصـــوات وبهـــا خاصية يتعرف بها الانســـان على اصـــل الاصوات التى تصـــل اليه هل هى لآدمى ام لحيوان ثم هناك التمييز بين صـــوت فلان وفلان . وذلك من خلال الذبذبات الخاصة التى ترسل باشارات الى موطن الادراك عند الانسان فيميزالاصوات وتلك نعمة من نعمالله العظيمة التى يستحق الشكر عليها .

وفى مجرى الأذن يفرز بعض المواد الدهنية الدسمة صفراوية اللون وتسمى الأف أو الصملاخ « وسخ الأذن » وهى تشبه وظيفة الشعيرات الانفية فكلاهما يقوم بضبط الغبار والجراثيم التى تدخل مع الهواء فتكون مهمة هذه الافرازات انها تحفظ الأذن الداخلية من تسرب الأتربة والجراثيم التى تضر بخاصية تلك الحاسة فتقوم بمهمتها من التقاط الأصوات دون شوشرة عليها او طنين يؤثر على حاسة السمع ولذلك يجب نظافتها خارجا ولا سيما تلك الغضون التى حول الأذن لان كثيرا من غبار الهواء واقذاره يتجمع فى تلك التجاعيد ، فكان من الرسول صلى الله عليه وسلم مسح الأذن ظاهرا وباطنا بالماء .

الرقبة

من الأجزاء المهمة فى الجسم وهى مظهر من مظاهر الانسان المكشوفة تتعرض للهواء والاتربة لذا سن الرسول صلى الله عليه وسلم مسحها وأثبتت التعاليم الصحية الوقائية فضل هذا العمل من النبى العظيم .

الأقدام :

من العادات الصحية السليمة العناية بنظافة القدمين وذلك بغسلهما جيدا صباحا ومساء مع تخليل ما بين الاصابع لمنع تراكم القاذورات التى تصبح مكانا خصبا لنمو الفطريات والمكروبات كما انه روعى أن ينتعل الانسان اى حذاء فى قدمه حتى لا يتعرض للاصابة بمكروب التيتانوس أو البلهارسيا وكل ذلك يؤثر على صحة الانسان . كما يجب قص اظافر القدمين بانتظام وتغيير الجوارب يوميا لأن أهمال ذلك يؤدى الى تصاعد روائح كريهة تضر بالانسان

نفسه وتتسبب فى ايذاء من حوله . والاســـلام الحنيف فرض غسل الأرجل يوميا عند كل وضوء حتى لا تتعرض للأمراض .

وقد سن الرسـول صـــلى الله عليه وسلم غسل جزء من الرجل **اعلى القدم فوق الكعبين واخبر أن أمته تأتى يوم القيامة** ولها نور من اثر الوضوء سماها غرة . عن نعيم بن عبد الله أنه **رأى أبا هريرة يتوضأ فغسل وجهه ويديه حتى كاد يبلغ المنكبين ثم غسل رجليه حتى رفع الى الساقين ثم قال سمعت رســـول الله صلى الله عليه وسلم يقول : ان أمتى يأتون يوم القيامة غرا محجلين من اثر الوضوء فمن استطاع منكم أن يطيـــل غـــرته فليفعل**(١) .

تلك آثار الوضوء انها نظافة وتطهر وجمال كل ما فيه منافع لأنه غسل للأجزاء المكشوفة المعرضة للهواء . فجاء الاســـلام بشريعته السمحة الى هذا اللون المعين من النظافة التى بدأت أروقة الأمم المتحدة فى تخصصاتها الصحية تبحث عن ذلك وتنبه الى فعله . ولقد عرفت الانسانية أن الاســـلام كان أسبق من كل تلك التجارب ولو أنصف الناس لدخلوا فى دين الله أفواجا لأنه الدين الذى يقيم التوازن بين الجسد والروح ويجعل الصحة العامة من سمات المسلم الطيب الطهور علاوة على أن الوضوء يريح النفس ويهدىء الاعصاب ويبعد التوتر والقلق عن الشخص الذى يتوضأ ولذا يستحب الوضوء على الوضوء لأنه نور على نور كما أنه مطردة للشيطان لأنه ســـلاح قوى يوقظ الفكر وينمى الضمير ويرقق الأحاسيس :

---

(١) صحيح مسلم مشكول ج ١ ص ١٤٩ ط محمد على صبيح

غـــذاء الانســــان :

من رحمة الله سبحانه بالانسان ان خلقه بقدرته ورباه على موائد كرمه ونضله على جميع الكائنات وجعل الأرض اصل غذاء الجسم فقال سبحانه :

« فلينظر الانسان الى طعامه انا صببنا الماء صبا ثم شققنا الأرض شقا فانبتنا فيها حبا وعنبا وقضبا وزيتونا ونخلا وحدائق غلبا وفاكهة وابا متاعا لكم ولأنعامكم(1) » .

هذا والتغذية الســـليمة للانســـان من اهـــم الضروريات الأساسية لصحة الجسم والنفس الانسانية . فالتغذية السليمة اساس قدرة جسم الانسان فى مقاومة الأمراض لذلك اتضح مدى ضرورة الناحية الغذائية جسمانيا ونفسيا وعقليا ومن ثم انتاجيا، بل أيضا الاستمتاع بالحياة ذاتها سواء فرديا أو جماعيا .

وفى ارتقاء الانسان ومعرفته باهمية دوره فى الحفاظ على البيئة تتلاشى معظم مشاكلها الحيوية حيث ان مشكلة المجتمعات الحديثة هى سوء استغلال البيئة بما يؤثر على صلاحيتها لمعيشة الانسان والكائنات الحية الأخرى .

وتنقسم البيئة الانسانية الى قسمين :

أولا : بيئة اجتماعية وهى عبارة عن الأسرة او الجمـــاعة المحيطة بالفرد .

ثانيا : بيئة طبيعية وهى ما يحيط بالانسان ويســـاعد فى امداده بالحياة من الهواء والماء وأراض وســـوف نتحـــدث عن كل بالتفصيل .

---

(1) عبس ٢٤/٣٢

اولا : الأسرة وهى وحدة اجتماعية ثقافية تعمل على :

١ ــ حفظ الجنس البشرى من الزوال الى ان يشاء الله.

٢ ــ اشباع الاحتياجات لأفرادها بالطرق المشروعة .

٣ ــ تعمل على غرس العادات والقيم فى الأبناء .

٤ ــ تنقل الدين والتراث بما يحويه من عادات وتقاليد وقيم من جيل الى جيل .

وللأباء والأمهات فى الأسرة مسئوليات نحو ابنائهم خاصة فيما يتعلق بالتربية واهمها :

١ ــ العادات والتقاليد البيئية . كالصدق ، والأمانة ، والمروءة ، والكرم ، وغير ذلك .

٢ ــ تنمية مواهب العقل والارتقاء بها فى سلم المعرفة عن طريق تقويم السلوك والعلم واثراء الفكر .

٣ ــ تنمية العلاقات الاجتماعية وغرسها فى نفس الأبناء وخاصة فيما يتعلق بدخول بيوت الغير او الجلوس على الموائد أو حضور الجماعات ومعاملة الجيران والأصدقاء والتعاون .

٤ ــ غرس القيم الدينية وتعويد النشء على الصلاة والصدق والفضائل الأخرى كالجود . والشهامة .

٥ ــ التدرج فى معرفة النواحى الجنسية خوفا عليه من الانحراف وان يكون ذلك متابعا لمراحل النمو الجسدى والتقدم السنى حتى يستطيع ان يتعامل مع الآخرين من خلال معلوماته التى تلقاها فى هذا الصدد حتى لا يفاجأ بأشياء لم يتعود عليها فيصاب

بصدمة نفسية تؤثر على سلوكه أو تجعله يشعر بالانطواء والكآبة .

٦ — شغل فراغ الأبناء فيما يفيدهم مع تنمية المواهب لديهم ، ويلاحظ الآباء أنهم قدوة لأبنائهم .

ان التربية السليمة فى داخل الاسرة لابد ان تتسم بالمرونة والمعرفة التامة لكل ما يحتاجه الفرد داخل خليته الأولى التى يشعر فيها بدفء العاطفة والحنان الأبوى . والسلوك السوى للانسان هو أن يعيش الانسان فى مجتمع قويم يتفق مع كيانه الذى أهله الله له لينعكس عليه صحة ونضارة وقوة دافعة الى العمل بعيدة عن الكسل أو الخمول الذى يأتى للانسان نتيجة الافراط فى شىء لم يأذن به الله من ذلك :

١ — النهى عن الاسراف فى الطعام والشراب .

٢ — الاعتدال فى الناحية الجنسية .

٣ — ممارسة الرياضة .

٤ — الصحة النفسية .

وسوف نتناول ذلك تفصيلا :

الطعام والشراب والصحة العامة :

يقول الله تعالى : « يا ايها الذين آمنوا لا تحرموا طيبات ما احل الله لكم ولا تعتدوا ان الله لا يحب المعتدين . وكلوا مما رزقكم الله حلالا طيبا واتقوا الله الذى انتم به مؤمنون(١) » .

صدق الله العظيم

---

(١) المائدة ٨٧ — ٨٨

الانسان كائن حى تحدد حاجته الى الغذاء بمقدار ما يصرف بدنه من المواد والعناصر الداخلة فى تركيبه ابتغاء الحصول على الحرارة الضرورية لحياته . وقد بين الاسلام ان هناك صلة ما بين الغذاء والطبع والخلق فى الانسان ،

والاسلام يرشد الى التغذية بأغذية نباتية وحيوانية وقد جاء ذكر اللحم والفاكهة على انهما من اطعمة الجنة قال تعالى : (وامددناهم بفاكهة ولحم مما يشتهون(١) وفى الحديث عن السمك جاء قول الحق **« ومن كل تاكلون لحما طريا(٢) »** . وفى الاثر « عليكم بالفاكهة فى اقبالها فانها مصحة للأبدان طاردة للأحزان » .

من كل هذا يتبين ان الاسلام جاء فى تعليماته ما يوجهنا الى حفظ البدن وسلامة الجسم ودوام الصحة والعافية .

كما يقول الحق سبحانه وتعالى عن اللبن **« وان لكم فى الانعام لعبرة نسقيكم مما فى بطونه من بين فرث ودم لبنا خالصا سائغا للشاربين(٣) »** واجود اللبن ما كان حديث الحلب واشتد بياضه وطاب ريحه ولذ طعمه وكان فيه حلاوة يسيرة . وجاء فى حديث عن الرسول صلى الله عليه وسلم (ليس شىء يجزىء عن الطعام والشراب غير اللبن(٤) .

كما ان عسل النحل شفاء وغذاء فقد قال الحق سبحانه

---

(١) الطور ٢٢
(٢) فاطر من آية ١٢
(٣) النحل ٦٦
(٤) جزء من حديث عند الترمذى وابى داود

وتعالى عنه « يخرج من بطونها شراب مختلف الوانه فيه شفاء للناس(١) » وقد وصفه الرسول صلى الله عليه وسلم للرجل الذى كان يشكو من تعب البطن ذلك لأن الحق سبحانه جعل فيه خاصية ليست فى اى شىء سواه .

ولما كان الغذاء يمد الجسم بكل المركبات والعناصر الغذائية اللازمة له بكميات كافية ومناسبة .

شرط أن يكون طعمه مستساغا وان يكون خاليا من الجراثيم والطفيليات التى تضر بالجسم أو تسبب المرض ويتكون الغذاء من جميع المواد الصالحة التى يمكن تناولها ويمتصها الجسم بسهولة لتساعده على قيام أعضائه بوظائفها وعلى صيانة وتعويض الانسجة وتوليد الطاقة والمناعة والحصانة ضد الأمراض وعلى الانسان ان يعتدل فى طعامه وشرابه حيث جاء التنبيه من الحق سبحانه وتعالى ان الانسان عليه ان يأكل ويشرب ولكن باعتدال فان الزيادة فى الطعام أو الشراب يضر بالمعدة ويفسد القنوات الهضمية ، ومن ذلك قول الحق سبحانه وتعالى : « **وكلوا واشربوا ولا تسرفوا(٢)** » ذلك لأن الاسراف فى الطعام والشراب يؤدى الى اضطراب جهاز الهضم واذا حدث ذلك ادى الى عدم توازن الانسان . ولذا يقول عمر بن الخطاب رضى الله عنه (اياكم والبطنة فى الطعام والشراب فانها مفسدة للجسم مورثة للسقم مكسلة عن الصلاة وعليكم بالقصد فيهما فانه اصلح للجسم وابعد عن السرف) .

ويقول الرشيد الدواء الذى لا داء معه الا ناكل الطعام حتى

---

(١) النحل من آية ٦٦
(٢) الأعراف ـ ٣١

تشتهيه وان ترفع يدك عنه وانت تشتهيه . ويقول ابن عبـــاس رضى الله عنهما (ابغضــــكم عند الله عز وجل يوم القيـــامة كل نؤوم واكول شروب) .

ويقول عمرو بن العاص (فوالله ما بطن قوم قط الا فقدوا بعض عقولهم وما مضت عزمة رجل بات بطينا ومنها قول الأصمعى (اى بنى قد بلغت تسعين عاما ما نفض لى سن ولا انتشر لى عصب ولا عـــرفت زنين انف ولا ســـيلان عين ولا ســـلس بول ما لذلك عله الا التخفيف من الزاد فـــان كنت تحب الحياة فهذه سبل الحياة .

ويقول الأعشى : ان الشبع داعية البشم وان البشم داعية السقم وان السقم داعية الموت فمن مات بهذه الميتة فقـــد مات ميتة لئيمة ومع ذلك فهو قاتل نفسه وقاتل نفسه الأم من قاتل غيره ولو سئل اهل القبور عن سبب آجالهم لقالوا البطنة والتخم ولعلنا نذكر ان سيدنا رسول الله صلى الله عليه وسلم قد نبه الى أنه (ما ملأ ادمى وعاء شرا من بطنه فان كان لابد فاعلا فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه(1) .

كما ان هناك اشياء حرمها الاســـلام مثل الميتة والدم ولحم الخنزير والموقوذة والمتردية وما اكل السبع كما حرم شرب الخمر والمخدرات وجاء النهى عن شرب التبغ لأن كل ذلك يضر بصحـــة الانسان ويؤثر عليه والانسان هو خليفة الله فى الأرض والصحة تاج على رأسه فان حافظ عليها عاش سعيدا والا ضيع نفسه .

---

(1) رواه الترمذى

تحريم ما يضر بالصحة العامة

(أ) فى المأكل والمشرب :

نهى الاسلام الانســـان عن الاسراف فى الأكل والشرب لأنه يضر بالمعدة ويربكها وطب الأبدان ناتج أصلا من المعدة لأنها بيت الداء : ولذلك يقول الله تعالى « **وكلوا واشربوا ولا تسرفوا(١)** » وحثنا على مضغ الطعام جيدا حتى لا يكون هناك طعام يصل الى المعدة بلا مضغ فيصاب الانسان بالتخمة التى ان بقيت فى الجوف قتلت . ولذلك قالوا : « ادخال الطعام الى الطعام مهلكة » وقـــد جاء فى كتاب العقد الفريد « قيل لأعرابى : هل اتخمت قط قـــال لا لأن اذا طبخنا انضجنا . واذا مضغنا دققنا . ولا نكظ المعدة ولا نخليها » .. وقد سئل حكيم ؟ ما هو الداء الدوى ؟ قـــال : ادخال الطعام على الطعام هو الذى يفنى البرية . ويهلك السباع فى جوف التربة وقيل لآخر : ما تقـــول فى دخـــول الحمام ؟ قال لا تدخله شبعانا ولا تغش أهلك سكرانا ولا تقم بالليـــل عريانا ولا تقعد على الطعام غضبانا . وارفق بنفسك يكن أرخى لبالك . وقلل من طعامك يكن اهنأ لنومك .

وقد روى الترمذى ان رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: (ما ملأ ابن آدم وعاء شرا من بطنه : حسب ابن آدم اكلات يقمن صلبه . فان كان فاعلا لا محالة : فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفســـه)(٢) .

ولقد كان من عادة النبى صـــلى الله عليه وســـلم حبس النفس على نوع واحد من الأغذية لا يتعـــداه الى ســـــواه .

---

(١) سورة الأعراف آية ٣١
(٢) رياض الصالحين للامام النووى ص ٢٣٣ ط عيسى البابى الحلبى

(وكان لا يعيب طعاما قدم اليه وكان يحب الحلواء والعسل(١)) (وكان يجلس للأكل متوركا على ركبتيه(٢)) . ويضع بطن قدمه اليسرى على ظهر قدمه اليمنى تواضعا لربه واحتراما للطعام . وهذه الهيئة انفع هيئات الاكل وافضلها . لأن الأعضاء كلها تكون على وضعها الطبيعي الذى خلقها الله سبحانه عليه . وأردأ الجلسات للأكل الاتكاء على الجنب . فان المرء واعضاء الازدراد تضيق . والمعدة لا تكون على وضعها الطبيعي لأنها تنعصر مما يملىء البطن بالاكل ومما يلى الظهر بالحجاب الفاصل بين آلات الغذاء وآلات النفس .

روى ابن ماجه فى سننه ان النبى صلى الله عليه وسلم نهى ان يأكل الرجل وهو منبطح على وجهه وكان يأمر بالعشاء ولو بكف من تمر(٢) . وذكر ابو نعيم كما جاء فى سنن ابن ماجه انه كان ينهى عن نوم على الأكل . ويذكر انه يقسى القلب . وبهذا يوصى الاطباء لمن اراد حفظا لصحته أن يمشى بعد العشاء خطوات ولو مائة خطوة . ولم يكن من هديه صلى الله عليه وسلم ان يشرب على طعامه . وكذلك يوصى الأطباء .

كما كان من هديه صلى الله عليه وسلم أنه يتنفس أثناء الشرب ثلاثا . ويقول (أنه أروى وأمرأ وابرأ . اروى أى أكثر رواء . وامرأ اى اكثر تلذذا به . وابرأ اى اكثر علاجا واسرع شفاء) .

روى ابن ماجة بسنده عن أبى هريرة رضى الله عنه قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم اذا شرب أحدكم فلا يتنفس فى الاناء فاذا اراد أن يعود فلينح الاناء ثم ليعد ان كان يريد(٣) .

---

(١) سنن الترمذى جـ ٣ ص ١٧٨ ط الفجالة
(٢) سنن ابن ماجة جـ ٢ ص ٣٠٢ ط الأولى
(٣) فيض القدير للعلامة المناوى جـ ١ ص ٣٨٦ ط مصطفى محمد سنة ١٣٥٦هـ ١٩٣٨ م

كما أمر صلى الله عليه وسلم — بتغطية الاناء التى فيها الماء حتى لا يتسرب اليها الحشرات الضارة فقد روى مسلم : (غطوا الاناء واوكوا السقاء فان فى السنة ليلة ينزل فيها وباء لا يمر بأناء ليس عليه غطاء وسقاء ليس عليه وكاء الا وقع فيه من ذلك الداء)(١) .

وقد سئل حكيم : ما تقول فى شرب الماء ؟ قال هو حياة البدن وبه قوامه ينفع ما شرب منه بقدر الحاجة وشربه بعد النوم ضرر. قيل فما تقول فى الشراب ؟ قال : اطيبه أهناه وارقه أمرؤه . وأعذبه أشهاه لا تشربه صرفا فيورثك صداعا ويثير عليك من الادواء .

ان التوجيه النبوى يعطينا الصورة الكاملة ان نبى الاسلام حث أتباع دينه والذين يعتنقون مبادىء رسالته أن يعملوا على حفظ صحة ابدانهم وقوة عافيتهم وغاية الانسان من ذلك حراسة البدن ليظل قويا يؤدى العبادات وينطلق فى المجتمع بهمة لأداء الواجبات التى كلفه بها الاسلام .

(ب) والاسلام فى سبيل الحفاظ على صحة الانسان حرم عليه تناول اكل الميتة والدم ولحم الخنزير ليبقى الانسان على نضارته يتمتع بعافيته ووجاهته .. وقد حرم الاسلام على الانسان ذلك لما ثبت طبيا انها تضر بالجسم . وتنشر الخلايا الحية الفتاكة بداخله وحرم كذلك اكل لحم كل ذات مخلب لأنها تعيش على اكل الجيف . فيكون فى جسمها خلايا وبائية تصيب الانسان بالأمراض القاتلة .

---

(١) صحيح مسلم مشكول ج ٦ ص ١٠٥ ط محمد على صبيح

قال الله تعالى :

« حرمت عليكم الميتة والـدم ولحم الخنزير وما اهل لغير الله به والمنخنقة والموقوذة والمتردية والنطيحة وما اكل السبع الا ماذكيتم وما ذبح على النصـــب . وان تسـتقسموا بالأزلام ذلكم فسق(1) » .

ويقول الله تعالى :

« قل لا اجد فيما اوحى الى محرما على طاعم يطعمه الا ان تكون ميتة او دما مسفوحا او لحم خنزير فانه رجس او فسقا اهل لغير الله به »(2) .

(ج) حرم عليه كذلكمن المشروبات ما يكون سببا فى ضعف صحته وحجب عقله وطمس القيمالأخلاقية العالية فيهخاصة «الخمر والمخدرات » وما يشتق منهما ويدور فى فلكهما . سواء كان مشروبا او مطبوخا او مشموما لأن كل هـــذه الأشربة تضر بصـــحة الانسان وعقله . وقـــد قـــدر الأطباء أن الخمر تصـــيب المدمنيين عليها بالتهاب مزمن بالأعصاب والكلى . وتسبب للمدمن تصلب الشرايين وضعف القلب .

---

(1) المائدة ٣
(2) الأنعام ١٤٥

ويقول الله تعالى :

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ۝ إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَن يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَن ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ ۖ فَهَلْ أَنتُم مُّنتَهُونَ ﴾(١)

ان الاسلام حرم شرب الخمر وكل شيء يدخل فيه الخمر وان تسمى بغير اسمها كالبيرة والكونياك والشامبانيا والويسكى والكوكاكيين والهوريين مما فيه ضرر بالجسم واتلاف بالعقل . واسراف للمال فى غير موضعه . ففى حديث ابى داود عن النبى صلى الله عليه وسلم : (كل مسكر خمر وكل مسكر حرام ومن شرب مسكرا نجست صلاته أربعين صباحا فان تاب تاب الله عليه . فان عاد الرابعة كان حقا على الله ان يسقيه من طينة الخبال) قيل وما طينة الخبال يا رسول الله « قال » صديد اهل النار ومن سقاه صغيرا لا يعرف حلاله من حرامه كان حقا على الله ان يسقيه من طينة الخبال)(٢) .

وروى مسلم بسنده : كل مسكر خمر وكل مسكر حرام ومن شرب الخمر فمات وهو يدمنها ولم يتب منها لم يشربها فى الآخرة(٣) . وشتان بين خمر الدنيا وهى فانية : تغتال النفوس وتضعف الصحة

---

(١) المائدة ٩٠ ، ٩١

(٢) الفتح الربانى ترتيب مسند الامام احمد للساعاتى ج ١٧ ص ١٣٣ ط الاولى سنة ١٣٧٣ هـ

(٣) صحيح مسلم شكول ج ٦ ص ١٠٠ ط محمد على صبيح

وتؤجج العداوة والبغضاء فى صدور الناس وتبعثر المـــال فيما يغضب الله وبين خمر الآخرة وهى باقية **« لا فيها غول ولا هم عنها ينزفون »**(١) ٠

المسكرات :

عرف السكر بأنه غيبوبة العقل مع حركات الاعضاء ٠ وهذا بخلاف التخدير الذى هو غيبوبة العقل مع فتـــور الأعضاء ٠٠ والمسكرات تستخرج عادة من عصير الفواكه بتأثير الاختمار وتتصف باحتوائها على سم قاتل لانه يغتال العقل ويحدث فى الجسم أمراضا خطيرة ٠ وادمان السكر يؤدى الى خمود جذوة الفكر وضعف الارادة وتغيير الأخــلاق ومن ثم فان حالة السكر التى تقع للانسان بتعاطيه اى شىء يؤدى اليها هو نوع من الاعتداء على العقل لأن تلك الحالة تخرج الانسان وقتيا عن أن يكون فى حالة من التعقل فقد قال سيفان الثورى (حد السكر اختلال العقل فاذا استقرىء فخلط فى قراءته فتكلم بما لا يعرف جلد) وفى هـــذا توضيح أن السكر هو اعتداء على العقل الذى كرم به الانسان واحيط بالعناية والرعاية بسبب هـــذا العقل ٠

ولقد اصبح من المعلوم لـــدى كل مســـلم ان الخمر حرام تعاطيها وصنعتها والاتجار فيها وذلك منذ عهد رسول الله صلى الله عليه وسلم الى ان تقوم الساعة ٠ وقـــد قال الحق سبحانه وتعالى :

« ياايها الذين آمنوا انما الخمر والميسر والأنصاب والأزلام رجس من عمل الشيطان فاجتنبوه لعلكم تفلحون ٠ انما يريد الشيطان

---

(١) الصـــافات ٤٧

ان يوقع بينكم العداوة والبغضاء فى الخمر والميسرويصدكم عن ذكر الله وعن الصلاة فهل انتم منتهون(١) » .

وهذه الآية واضحة فى الدلالة على تحريم الخمر تحريما قاطعا لما يأتى :

١ — انها من عمل الشيطان .
٢ — انها سبب العداوة والبغضاء .
٣ — انها رجس وقد حرم الله كل ما كان رجسا .
٤ — انها تصد عن ذكر الله وعن الصلاة .
٥ — ان الله قارن بين الخمر والميسر والانصاب « الاصنام » والازلام « القداح التى تضرب للحظ » فى حكم واحد .
٦ — التهديد والوعيد لمن يفعل ذلك .
٧ — كلمة اجتنبوه لها حكم الوجوب .

ويقول الرسول عليه الصلاة والسلام : **(من شرب الخمر فى الدنيا ثم لم يتب منها حرمها فى الآخرة(٢))** ويقول **« لا يزنى الزانى حين يزنى وهو مؤمن ولا يشرب الخمر حين يشربها وهو مؤمن(٣) »** يقول أيضا **(من زنى أو شرب خمرا نزع الله منه الايمان كما يخلع الانسان القميص من راسه(٤))** .

وقد سئل النبى صلى الله عليه وسلم عن الخمر فقال : **(هى اكبر الكبائر وام الفواحش من شرب الخمر ترك الصلاة ووقع على امه وخالته وعمته)(٥)** .

(١) المائدة ٩٠ — ٩١
(٢) زاد المسلم فيما اتفق عليه البخارى ومسلم ج ٣ ص ١٩٣ ط مصر سنة ١٩٥٥ م
(٣) صحيح مسلم بشرح النووى ج ٢ ص ٤١ ط حجازى
(٤) فيض القدير للعلامة المناوى ج ٦ ص ١٤٢ ط مصطفى محمد سنة ١٣٥٧ هـ — ١٩٣٨ م
(٥) مجمع الزوائد ومنبع الفوائد للهيثمى ج ٥ ص ٦٧ ط القدس ١٣٥٣

المخدرات والتدخين

المخدرات هى كل مادة خام او مستحضرة تحتوى على جواهر منبهة أو مسكنة من شأنها اذا استخدمت فى غير الأغراض الطبية والصناعية الموجهة ان تؤدى الى حالة من التعود أو الاعتماد عليها مما يضر بالفرد والمجتمع جسمانيا ونفســـيا واجتماعيا .

والتدخين هو استعمال التبغ الـــذى هو نبات من الفصيلة الباذنجانية وينتج من استعمال الدخان آفات فى اجهزة الجسم العديدة واعضائه الكثيرة . وعادة التدخين تبدأ بأن يقلد الانسان غيره ثم يدخن للتسلية ثم يصاب بالادمان والتعود .

وهذه الأشياء بلا شك وضع الاســـلام قواعد لابعاد الانسان عنها ونبدأ فى بيان المخدرات ونرى ان الحكم الشرعى كما جاء فى الخمر هو الأمر بالاجتناب وهو درجة أعلى من التحريم . وقـــد اجمع الفقهاء على حرمة تعاطى الخمر وينطبق هـــذا الحكم على المخدرات تعاطيا أو اتجارا أو تهريبا بنقلها من مكان الى مكان أو انتاجها او زراعتها . ذلك لأن درء المفاسد عن الشخص هو سلوك سبيل الله . وقـــد ثبت ان المخدرات تغيب العقل وتضر الكبد وتتلف العديد من أعضـــاء الانسان سواء الجسدية أو العصبية أو النفسية كما أنها تتلف المـــال وتضيع الثروة وفى ذلك شر كبير على الفرد والمجتمع . ولهذا قال العلماء بتحريم استعمال الحشيش لانه يفســـد العقل ويصد عن ذكر الله وان من قال بحل ذلك فهو

زنديق قال ابن حجر المالكى (البنج والحشيش والأفيون هـــذه كلها مسكرة تغطى العقل وتفســـد المزاج . وقال نجم الدين الزاهدى من قال بحل الحشيشة يكفر ويباح قتله . وقال ابن تيمية فى كتاب السياسة الشرعية ان الحشيشة حرام يحد متناولها كما يحد شارب الخمر وهى أخبث من الخمر ثم قال بعد كلام كثير . فمن استحل هـــذه الأشـــياء وزعم أنها حلال فانه يستتاب والا قتل مرتدا ولا يصلى عليه ولا يدفن فى مقابر المسلمين وان القليل منها حرام . أما الدخان فقد قال كثير من الأطباء بأنه يؤثر فى الجهاز الهضمى لأنه يخدش الفم مما يؤدى الى قابليته للسرطان . كذلك تلتهب من التدخين أعضاء البلعوم والمرىء والحنجرة وتقل الشهية الى الطعام ويسوء الهضم كما أن ذلك يؤثر فى الجهاز التنفسى حيث يخدش الدخان مجارى التنفس فيلهب الأنف والحنجرة ويؤدى ذلك الى كثرة السعال فيحصـــل ضـــيق التنفس مما يؤدى الى الربو كما أن كثرة التدخين تؤثر فى البصر حيث يحدث غشاوة نصفية. بل قد يؤدى الى التهاب العصب البصرى . وبالجملة فان بعض الأمراض العصبية راجع الى التدخين الـــذى يؤثر فى الجسم فيولد النحول والهزال وضـــعف الـــدم فيبدو شبح الشيخوخة مبكرا على الانسان كذلك يؤثر فى الجهاز التناسلى حيث يضـــعف قوة الرجال كما يحدث عند النســـاء اضطرابا عند الطمس ويعرضهن للاجهاض والعقم .

والحق سبحانه وتعالى يقول :

« الذين يتبعون الرسول النبى الأمى الذى يجدونه مكتوبا عندهم فى التوراة والانجيل يامرهم بالمعروف وينهاهم عن المنكر ويحل لهم الطيبات ويحرم عليهم الخبائث(١) » .

---

(١) الأعراف ١٥٧

وقد اجمع كثير من العلماء بأن الدخان من الخبائث كما أنه من المفتر وقـد روى عن ام مسلمة رضى الله عنها قالت نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن كل ((**مسكر ومفتر (١)**)) .

ولو ان اى انسان عاقل سأل نفسه كم يستهلك من المـال فى سبيل الدخان الـذى يؤثر عليه وعلى صحته لوجد أنه يضيع ثروة كبيرة سـوف يحاسب عليها يـوم القيامة والحق سبحانه يقول ((**وكلوا واشربوا ولا تسرفوا(٢)**)) . ويقول ((**ولا تبذر تبذيرا أن المبذرين كانوا اخـوان الشـياطين وكان الشـيطان لربه كفورا(٣)**)) وفى الحديث : (لا تزول قدما العبد يوم القيامة حتى يسأل عن اربع عن عمره فيما أفناه وعن شبابه فيما ابلاه وعن ماله من اين اكتسبه وفيما انفقه وعن علمه ماذا عمل به)(٤) لكل هذه الأسباب ندعو شبابنا وهم ثروة الأمة المدخرة للغد المرتقب أن يعيدوا تفكيرهم ويقلعوا عن تلك العادات السيئة التى تضر بالعقل والنفس والمـال وتؤثر على وضع الانسان الاجتماعى وتهز كيانه الاقتصادى وتقلل حصانته ضـد الأمراض . بل تجعله فريسة لكثير من الأمراض التى تودى بحياته ((**ان فى ذلك لذكرى لمن كان له قلب أو القى السمع وهو شهيد(٥)**)) .

وان من فضل الله علينا ان جعل التكاليف الشرعية كلها فى طوق البشرية وأنه سبحانه وتعالى جعل هـذه التكاليف على

---

(١) فيض القدير للعلامة المناوى ج ٦ ص ٣٣٨ ط مصطفى محمد الأولى سنة ١٣٥٧ هـ — ١٩٣٨ م

(٢) الاعراف ٣١

(٣) الاسراء ٢٦ — ٢٧

(٤) الترغيب والترهيب للحافظ المنذرى ج ٢ ص ٣٧٦ ط وزارة الأوقاف

(٥) ق ٣٧

قدر الاستطاعة وانه جعل مناط كل التكاليف هو العقل . هبة الله العظمى للانسان تدور معه وجودا وعدما والتكاليف الشرعية تسقط من المكلف بزوال عقله أو حجبه دون تعد من جانبه وبالتالى يؤخذ شرعا على تعاطى كل ما يؤدى الى غياب العقل او يذهبه سواء كان بمخدر بأنواعه الطبيعية مثل الحشيش او الأفيون او مشتقاته مثل المورفين أو الكوكاكين أو الهيروين او انواعه التخليقية مثل الأقراص المخدرة أو المهدئة أو المنشطة او المسكرات او المفترات .

وكل هذه لعنة تصيب الفرد وكارثة تحل بأسرته وخسارة تلحق بوطنه حيث أن المخدرات او المسكرات أو المفترات تخرب الميزانيات العامة والخاصة من الناحية الاقتصـــادية وتؤثر على المتعاطى نفسيا فى المستوى الخلقى وانهيار العاطفة وعـــدم تحمل المسئولية وضعف الارادة وكراهية العمل هـــذا بالاضـــافة الى عدم تركيز الفكر وفقد الثقة فى الـــذات وفى الغير وعـــدم الشعور بالأمن مما يؤثر صـــحيا فى سرعة ضربات القلب وتؤثر على المعدة والكلى والكبد وفقد الجسم للمناعة فى مقاومة الأمراض مما يؤثر على أفراد المجتمع ولهذا ترى بعض الآراء ان هناك دولا بعينها وراء هـــذا التورط المتزايد فى عالم المخدرات واستخدام المخدرات سلاح ذو فاعلية رهيبة ضـــد الشعوب المستهدفة وعلى راسها مصر مما يفقد الشعب ارادته وعنفوانه ويستسلم للاضمحلال والتفكك وبالتالى الخضوع الكامل لارادة الدول المستعمرة وهـــذا منتهى اى هدف سياسى على مدار التاريخ .

ومن هنا فان الاسلام وهو يعلن الحـــرب على هذه الأشياء جلبا وزراعة وتعاطيا وتجارة فانما أراد أن يحمى الفرد ويصون المجتمع ويبقى على الثروة المالية .

الاعتدال فى الناحية الجنسية :

خلق الله الانسان من جسد وروح والجسد له خصائصه وسماته والروح لها خصائصها وسماتها ومن رحمة الله وفضله للانسان أن وجهه وجهة الخير فى حياته ليحيا سعيدا ينعم بخير الله فى الدنيا ويفوز برضاه فى الآخرة . وكان من كرم الله بالانسان أن أودع فيه العقل ليميز به بين الخير والشر والنافع والضار ، ولما كان عقل الانسان لا يستطيع الوصول الى الكمال المطلق . فقد اختار الحق سبحانه وتعالى رسلا مبشرين ومنذرين وأنزل معهم الكتاب بين فيه الحلال والحرام وكان مما بينه لنا سبحانه أن الجسد له كيان وأنه ركب من غرائز وهذه الغرائز لابد أن تؤدى دورها . فهناك غريزة الأكل والشرب ليعيش الانسان . كما أن هناك غريزة جمع المال وحبه وفى سبيل ذلك يسعى الانسان ويتحرك كما أن هناك غريزة حب الولد وهذا ما أشار اليه الحق سبحانه : **« المال والبنون زينة الحياة الدنيا(١) »** وغير ذلك كثير من غرائز الجسد التى ركبت فيه فيأتى هدى الأنبياء ليرقق تلك العواطف ويهذب تلك الغرائز ثم يكون هناك التسامى بهذا الجسد الذى يتعلق بالروح وخصائص معيشتها من هدى السماء وتوجيهات الأنبياء ، وكلما سمت الروح رق الجسد وشف ولما كانت غريزة حب الولد من أقوى الغرائز فى الانسان فان الاسلام رسم للانسان أفضل الطرق لهذا السبيل فى اطار مصون بالطهر تحف به العفة وتحيطه الطهارة تنمية للأخلاق الفاضلة وحماية للقيم الاجتماعية وقد رسم الاسلام أفضل الطرق لذلك عن طريق الزواج الذى يتم بالايجاب والقبول وحضور الشهود وولى الأمر كل ذلك امعانا فى اشعار الناس ان أسرة تأسست

---

(١) الكهف ٤٦

على قيم اصـيلة ومبادىء كريمة وان هـذه المرأة اصبحت هى الحرث للرجل الـذى تم الاعـلان عن زواجه بها . فلا يجوز لأحد مهما كان ان يتصل بهـا او يخالطها حفاظا على النسب وصيانة للمبادىء والتزاما بأمر السـماء . وهنا جاء قـول الحق سبحانه وتعالى **« نساؤكم حرث لكم فاتوا حرثكم انى شئتم وقدموا لأنفسكم واتقوا الله واعلمـوا انكم ملاقوه وبشر المؤمنين(١) »** ويقـول **« ولا تقربوا الزنا انه كان فاحشة وساء سبيلا(٢) »** .

ولقد حذر الاسلام أى رجل أو امرأة من الاتصال ببعضهما اتصالا غير شرعى لأن فى ذلك اعتـداء على الأنسـاب واهدارا للكرامات ومن فعل ذلك فأنه يعاقب وقـد حـدد الاسلام تلك العقوبة بالجلد للشخص اذا كان غير متزوج والرجم حتى الموت اذا كان الشخص متزوجا .

يستوى فى ذلك الرجل والمرأة لأن الأحكام الشرعية لا تفرق بين رجل وامرأة الا فى بعض النواحى التى تتعلق بالمرأة كالحيض والنفاس .

وقد أرشدنا الاسـلام الى الزواج ووضع لنا طرقا محددة للسير فيها عند الزواج وحرم الزنا لأن الرجل الغريب اذا عاشر امرأة ثم جاء زوجها بعد ذلك واتصل بها فان ذلك يسبب أمراضا خطيرة تضر بالصحة العامة وتؤثر على الكيان العضوى للانسان ، كما أنها تؤدى الى عجز وعاهات ومن ذلك .

---

(١) البقرة ٢٢٣
(٢) الاسراء ٣٢

١ — مرض الزهرى :

وهو من الأمراض المزمنة وقد تتسرب العدوى من الأم الى الجنين عن طريق المشـــيمة مما يؤدى الى مـــوت الجنين أو اصابته بتشوهات خلقية وهو ناتج عن الاتصال الجنسى الشاذ المنحرف نتيجة اتصـــال اكثر من شـــخص بامرأة واحدة فتتولد الفيروسات المرضية المعدية .

٢ — مرض السيلان :

مرض معد يأتى كالزهرى عن طريق الاختلاط الجنسى الشاذ المتعدد فى مكان واحد من عدة اشخاص او استعمال ادوات مريض به مرض القرحة الرخوة : وهو مرض يصيب الأعضـــاء التناسلية نتيجة الاتصال المحرم .

وهذه الأمراض وما شاكلها تضر بالشخص وتؤثر فيه نفسيا وتضعف كيانه مما تجعله فى حالة ضيق وتبرم بالحياة ويود التخلص منها لما يشعر به من آلام لذلك كان الاسلام أحرص من أى هيئة أو منظمة للحفاظ على الانسان من تلك الأمراض الخطرة التى تأتى عن طريق الاختلاط الجنسى غير المشروع وجاء فى هذا الصـــدد قول الحق سبحانه :

« ولا تقربوا الزنا انه كان فاحشة وساء سبيلا(١) » .

بل انه جعل الشخص الذى يـــمارس هذا الفعل القبيح فى مستوى المشرك بالله فقال سبحانه :

---

(١) الاسراء ٣٢

« الزانى لا ينكح الا زانية او مشركة والزانيــة لا ينكحها الا زان او مشرك وحرم ذلك على المؤمنين(١) » .

والاسلام وهو يحارب الزنا ويعلن الحرب على من يمارسه اغلق كل النوافذ التى توصل اليه فنهى عن الاختلاط وأمر المراة بالاحتشام وعدم التكسر فى مشيتها وكل ما من شأنه اثارة الغرائز وحدد للمراة أماكن تواجدها وللرجل كذلك حتى لا يكون هناك اتفاق على فعل هذا الشىء المحرم فنهى عن خلوة الرجل بالمراة الأجنبية التى لا تحل له ونهى عن سفر المراة وحدها .

كل ذلك صيانة للانسان وحفظا لصحته العــامة التى هى اغلى ما يتمناه .

واذا كان الاسلام قد رغب فى الزواج وحدد المراة لرجل واحد وأباح للرجل ان يتزوج بأربع فان ذلك لحكم عالية واغراض سامية يدرك الانسان مغزاها عند البحث فيها ولكنه لم يبح للمراة ابدا ان تجمع بين زوجين لأنها مكان الحرث ووضع البذرة التى تحــافظ على الانساب من الاختلاط حتى لا تضيع المواريث ولا تهدر الحقوق ولا تهدم الأخلاق .

والاسلام وهو يحرم الزنا بعد ان اغلق النوافذ التى توصل اليه وحلل الزواج الذى هو سكن للنفس وراحــة للبال وهدوء للأعصاب ومظنة انجــاب الأولاد فانه فى ســبيل كل ذلك حرم الانحرافات الجنسية مثل :

١ ـــ الشذوذ الجنسى : اذا كان الاسلام قد حرم الزنا الذى يتم فى جو آثم بين رجل وامراة التقيا على فراش محرم وكان بينهما

(١) النــور ٣

خيانة تمت فى غفلة من الزمن فان الاسلام يحرم أيضا التقاء (الرجل بالرجل وهـــذا من الاعمـــال المنافيـــة لأن النفس الانســـانية تأنف منه وتتأذى الطبائع البشرية منه ذلك لأن اتيان هذا الفعـــل فى مكان مستقذر تنبعث منه الروائح الكريهة وهو ملوث لمـــا يخرج منه من فضلات ولقد حدث فى غابر الزمان ان قوما كانوا يسكنون قرية تسمى سدوم ارتكبوا هذا الفعل فكان الرجال يأتى بعضهم بعضا وتركوا اتيان النساء وفى ذلك مفسدة عظيمة لأن ذلك يؤدى الى انقطاع النسل وانتشار الأمراض الخبيثة الفتاكة التى تؤثر فى الصحة العامة وتضعف الجنس البشرى وتهلك الحرث والنسل فأرسل الله اليهم نبيا كريما هو « لوط » عليه السلام فصـــاح فيهم قائلا :

« اتاتون الذكران من العالمين . وتذرون ما خلق لكم ربكم من ازواجكم بل انتم قوم عادون(١) » .

فلم ينتهوا وتمادوا فى غيهم وتواصوا فيما بينهم وقالوا : **« اخرجوا آل لوط من قريتكم انهم اناس يتطهرون(٢) » .**

فكان ذنب هؤلاء الذين يدعون الى الفضيلة ويحثون الناس على فعل الخير لأنهم يطهرون أنفسهم من الفعل الجنسى الشاذ .

يطـــردون وهـــذا فهم خاطىء يقول به أصـــحاب الضمائر الخربة والنفوس الميتة .

ولمـــا كان هذا الانحراف الجنسى والشذوذ فى الفعل يؤدى الى انتشار أمراض خطيرة تفتك بالانسانية وتهد قواها فلا تقوى

---

(١) الشعراء ١٦٥ — ١٦٦
(٢) النمل ٥٦

على عمل لذلك اهلك الله قوم لوط ثم امطر عليهم مطرا ليطهر الجو والبيئة من الجراثيم التى انتشرت بسبب فعلهم . وهذا من فضل الله ورحمته بالانسانية حيث اهلك المنحرفين وانزل المطر الذى طهر الجو من الجراثيم الفتاكة القتالة .

واذا كنا نقول هـــذا فاننا نذكر ان مرض « الايدز » الذى عرفته البشرية اخيرا سببه الشذوذ الجنسى لانه كما يقول الأطباء هو فيروس خاص يدخل الدورة الدموية ويهاجم الخلايا الدفاعية والكرات الدموية البيضاء المتخصصة فى مقاومة جـــراثيم الأمراض وهذا الفيروس يدخل للجسم عن طريق الجلد والاغشية المخاطية او من خلال الفتحات اثناء اللقاءات الجنسية الشاذة .

ولعلنا نستشعر فضل الله الذى كتب النجاة للانسانية من هذا المرض الخطير الذى انتشر بين قوم لوط فاهلكهم الله ثم طهر البيئة حتى تكون بعد ذلك صالحة لاقامة مجتمع بشرى :

« قل بفضـــل الله وبرحمتـــه فبذلك فليفرحوا هـــو خير مما يجمعون(1) » .

ولقـــد اثبتت الاحصائيات التى تمت اخيرا ان ٩٠٪ من المصابين بمرض الايدز سبب ذلك الشذوذ الجنسى الذى يتم بين رجل ورجل او بين رجل وامراة ياتيها اكثر من رجل ، ثم اذا كان الاسلام قد حرم اللواط تحريما قاطعا فانه كذلك حرم المساحقة وهو اتيـــان المراة للمراة لان فى ذلك اضرارا خلقية ويؤدى هذا الفعل الى انقطاع النسل وهذا مالا تقره الفطرة السليمة .

---

(1) يونس ٥٨

٢ — نهى الاسلام الشباب عن استخراج منيهم بأيديهم وهو ما يسمى فى الفقه « جلد عميرة » ويسميه بعض قادة الفكر الاجتماعى بالعادة السرية وعندما نتأمل فى هذه المسميات نلحظ أنها تدل على شىء غير طبيعى يفعله الانسان واذا انكشف أمره فانه يصاب بالخجل ويتوارى عن الأعين . كما أنه ثبت ان الذى يمارس هذه العادة يصاب بهزة عصبية واكتئاب نفسى وانطواء ذاتى فيبتعد عن قرنائه ويتحاشى لقاء أصدقائه وكل تلك العوامل تؤثر على صحته العامة فيصاب باصفرار فى لونه وضمور فى جسده وزغللة فى عينيه وعدم تركيز فى الفكر فيتخلف فى دراسته أو يهمل فى صنعته وكل ذلك بلا شك يؤثر على المناخ العام الذى يحيط به . ولذا استدل الامام الشافعى رحمه الله ومن وافقه على تحريم الاستمناء باليد أخذا من قول الله تعالى : **« والذين هم لفروجهم حافظون الا على أزواجهم أو ما ملكت ايمانهم فانهم غير ملومين ، فمن ابتغى وراء ذلك فاولئك هم العادون[1] »** .

صدق الله العظيم

فالذى يعتدى على فرجه يدخل تحت قول الله تعالى : « فأولئك هم العادون » . وهناك حديث وان كان غريبا لكنه يوحى بعدم فعل هذا الشىء وهو عن أنس بن مالك عن النبى صلى الله عليه وسلم (سبعة لا ينظر الله اليهم يوم القيامة ولا يزكيهم ولا يجمعهم مع العاملين ويدخلهم النار أول الداخلين الا أن يتوبوا . ومن تاب تاب الله عليه الناكح يده — والفاعل والمفعول به ومدمن الخمر . والضارب والديه حتى يستغيثا — والمؤذى جيرانه حتى يلعنوه والناكح حليلة جاره) .

---

(١) المؤمنون ٥/٧

ان الاسلام فى سبيل حفاظه على الصحة العامة وضع من القواعد والضوابط ما يهيىء به المناخ الطيب الذى يعتمـد على نظافة البيئة ونظافة الخلق والاحتراس عن فعل كل الأشياء التى من شأنها تضر بالصحة وما يضر بالأخلاق يضر بالصحة كذلك .

أن استخراج منى الانسان بيده يؤثر عليه تأثيرا بليغا ويجعل الشخص غير سوى . وعندما يتزوج لا يجد رغبة فى زوجته وانما يلجأ الى تلك الحيلة التى استمرأها واستلذها فتهجـره زوجته ويدب بينهما الخلاف الذى يؤدى الى الطلاق . ولقد ثبتت ان نسبة ٥٪ من حالات الطـلاق يرجع سببها الى ذلك حيث كان الزوج لا يجد متعة مع زوجته فيهرب منها ويبتعد عنها ويقوم بممارسة عادته فتعرف ذلك زوجته بهذا الفعل الشنيع وعليه تطلب الطلاق لان زوجها غير لائق جنسيا ولا يستطيع أن يقـوم باداء وظيفته الزوجية فتطلب الطلاق لهذا السبب ولهذا قال الشاعر :

واحفظ منيك ما استطعت فانه　　ماء الحياة يصـب فى الأرحام

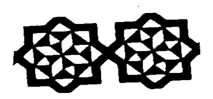
ان الانسان العاقل السوى عليه أن يتعلم من المنهج الربانى ما يسعده ويجعله يستقيم فى حياته لأن الاسـلام يدعونا الى أن نحافظ على صحتنا وان أى شىء يلحق الضرر بنا علينا ان نبتعد عنه ولا نقترب من ساحته .

واذا كان الاسلام قد نهى عن استخراج منى الانسان بيده حفاظا على صحته فرب قائل يقـول لو لم يفعل الشـباب ذلك لأصيبوا بكبت جنسى قد يؤدى الى وقوعهم فى الحرام فأيهما أولى.

نقول له : لا هذا ولا ذلك وانما نعلم من نبى الاسلام ما أرشد به الشباب اذا هاجت غرائزهم واستيقظت شـهواتهم وتحركت

عواطفهم نقول لهم عليكم بالزواج الذى هو منهاج الانبياء وسنن المرسلين فان قالوا لا قدرة فى ايدينا ولا امكانيات عندنا نقول لهم عليكم بالصيام الذى يربى فيكم يقظة الضمير ويقلل هياج العاطفة ويسكن الغرائز يقول رسول الله « **يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج فانه اغض للبصر واحصـــن للفرج ومن لم يستطع فعليه بالصوم فانه له وجاء(١)** » .

هذا هو العلاج الاسلامى القائم على المحافظة على الصحة والذى يهدف الى بناء العفة .



(١) سنن ابن ماجه بشرح السندى ج ١ ص ٥٦٦ ط الثانية الاولى

بنك الأرحام

اننا ونحن نتحدث عن الشذوذ الجنسى الذى عرفته البشرية قديما وحديثا لا يفوتنا ونحن فى هذا المقام ان نذكر راى الاســـلام فى ما ظهر حديثا فى الدول الغربية . وفي اعتقادى عما قريب يعم الكرة الأرضية فلابد ان نبين راى الاسلام بصراحة ووضوح ذلك هو ما يعرف ببنك الأرحام وتقوم فكرته على ان بنكا انشىء لهذا الغرض وتنحصر مهمته فى :

١ — رجل يبحث لنفسه عن رحم يحمـــل ماءه حتى اذا ما انتهت ايام الحمل وانفصل الجنين عن الأم أخذ الجنين وســـلم للأب .

٢ — امراة تسلم نفسها للبنك الذى يقوم بتلقيحها ماء هذا الرجل الذى اتفق معه فاذا ما انتهت ايام الحمل وانفصل الجنين منها أخذ دون أن تعرف صفته أو شكله .

٣ — يتم كل ذلك مقابل مبلغ من المال يدفعه الرجل للبنك. ويسلم ماءه فى أنبوب له درجة حرارة معينة ويحفظه البنـــك فى أماكن خاصة الى أن يتعرف على المراة ويتم نقل الماء اليها وتأخذ مبلغا من المال يدفعه البنك وهى لا تعرف الرجل والرجل لا يعرفها

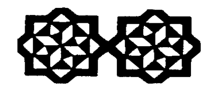
هذه العملية هى زنا ينطبق عليها تماما هذا الوصف لأن ماء رجل غريب دخل الى رحم امراة اجنبية ثم ينزع منها فكل ذلك تم فى جو كله قسوة يخضع للمادة ولا تعرف الرحمة الى ذلك سبيلا .

كما ان ذلك اختلاط للأنساب لأن هذا الولد أو البنت قد يلتقى الولد بأمه أو اخته وكلاهما لا يعرف الآخر ويتم بينهما معاشرة وانجاب وان كل ذلك حرام لأنه تدليس على الانسان وادخل على الأسر ما هو مجهول لها بل هو يرتبط بها عن طريق الأم مثلا فان هذا حرام .

ثم ان هذا الفعل فيه قتل لعاطفة الأمومة وهى أغلى ما عرفت البشرية من حب فياض بلا مقابل . فعندما ينتزع الولد منها الذى حملته فى بطنها تسعة اشهر فكأنما انتزعت الرحمة منها وفى ذلك قتل لكل معانى الانسانية النبيلة .

والذين يمارسون هذه الأشياء ويسعون لنشرها هم قوم تجردت عواطفهم الانسانية من معانى النبل والقصد الشريف والغرض الطيب واصبحت قلوبهم كالحجارة بل هى اشد لأنهم يحلون ما حرم الله . ثم هم فى نفس الوقت يهدرون معانى الترابط والتآلف لأن النسب والمصاهرة مودة ورحمة والتقاء الرجل مع امراة على فراش الزوجية الشريف يشعر كل الطرفين بدفء العاطفة وحنان النفوس وتآلف القلوب وتبادل المودة الطاهرة وكل ذلك يتم فى جو معلن يعرفه الغادى والرائح . فما يكون بينهما من مولود ينمو نموا طبيعيا لا اثر فيه لانحراف أو فساد لأنه يشعر بانتمائه الى ابوين كريمين يعرفهما من الحب الفياض والحنان المتدفق . لذلك فهو يشعر بالأمن النفسى والاستقرار العاطفى .

أما ولد بنك الأرحام فهو ينشأ فى جو ليس فيه دفء عاطفة الأمومة ولا حنان الأسرة ولا تواجد الأبوين . فنظرته الى المجتمع حاقدة وتعامله معه بقسوة . لأن فاقد الشيء لا يعطيه وهو فقـــد الحب والحنان . لذلك فلن يستطيع ان يعطى للمجتمع الا ما يشعر به من القذارة والغلظة . لذلك فان بنك الأرحام حرام التعـــامل معه وحرام وجوده وحرام افكاره وعلى المسلمين ان يعلنوا ذلك ابراء لذمتهم وتجنبا لوقوع ما لا تحمد عقباه .



حكم الاسلام فى نقل الدم أو عضو من إنسان لآخر

الانسان فى حياته يتعرض لبعض الأمراض الطارئة عليهوالتى قد تصيب الانسان بحكم التطور الزمنى من الانسان وقد يتلف عضو من اعضائه أو يحتاج الى نقل دم من الآخرين .

هنا نرى الاسلام يعطينا الرؤية الواضحة للحكم فى هذا المجال وهو ينير الطريق أمامنا ينهانا عن بيع دم انسان لآخر أو بيع جزء من انسان لآخر لأن الانسان الحر يحرم بيعه وما يحرم على الكل يحرم على الجزء .

والانسان الذى اكرمه الله ومنحه العقل واسجد له ملائكته لا يحل له ان يتنازل عن كرامته بمحض ارادته ويبيع أى جزء منه . ذلك لأن الحق سبحانه وتعالى : كرم الانسان وفضله على كثير من خلقه . ومن المعلوم انه من مقاصد الشريعة الاسلامية حفظ النفس البشرية حيث قال الحق سبحانه : « **ولا تقتلوا انفسكم ان الله كان بكم رحيما(١)** » والانسان مكرم حيا وميتا بدليل ان الانسان اذا مات يغسل ويكفن ويصلى عليه ويدفن فى أرض المسلمين ليترحموا عليه ويسلموا .

---

(١) النساء ٢٩

ثم جاءت الأحكام صريحة فى تحريم نبش القبور الا لضرورة. كما يحرم كسر عظم الميت لقول الرسول صلى الله عليه وسلم : كسر عظم الميت ككسره حيا(١) . ولما كان الأمر كذلك فما موقف الدين من نزع عضو من شخص حديث الوفاة لزرعه فى شخص حى ؟ مع الأخذ فى الاعتبار لما للموت من هيبة وسيطرة على النفوس ورهبة . والذى أراه هو ما ذهب اليه فقهاء الشافعية والحنفية من جواز شق بطن الميت لمصلحة راجحة ، لذلك جاز أخذ عضو من جسم انسان حديث الوفاة ونقله لجسم انسان آخر اذا رجحت فائدته وقال بذلك الأطباء الموثوق بكلامهم ذلك لأن مقاصد الاسلام مبنية على رعاية المصالح الراجحة . علما بأن المسلم طاهر حيا وميتا . يقول ابن حزم فى كتابه المحلى : ان كل ما قطع من المؤمن حيا وميتا طاهر . وقد قال بذلك الشافعى والمالكى والحنبلى والزيدى . فكل هؤلاء اتفقوا مع ابن حزم فى طهارة المسلم حيا وميتا .

وجاء فى الفقه المالكى فى كتاب الشرح الكبير ان الآدمى الميت ولو كافرا طاهر كما جاء فى كتاب المغنى لابن قدامة أن الآدمى طاهر حيا وميتا . لحديث ابن عباس رضى الله عنهما قال :

« لا تنجسوا موتاكم فان المسلم لا ينجس حيا ولا ميتا(٢) » :

وايماء الى ما ذهبنا اليه نرى جواز نقل جزء من شخص حديث الموت الى شخص آخر ترجح فائدته ذلك للابقاء عليه فان ذلك حياة نفس بشرية قد يؤدى نقل الجزء اليها ان تعيش والحق سبحانه وتعالى يقول : **«ومن احياها فكانما احيا الناس جميعا(٣)»**.

---

(١) سنن أبى داود تعليق أحمد سعد ج ٢ ص ١٦٠ ط مصطفى البابى الحلبى
(٢) المستدرك على الصحيحين للحاكم ج ١ ص ٣٨٥ ط النصر الحديثة
(٣) المائدة ٣٢

وقد جاء فى فقه الزيدية ان المراة اذا ماتت وفى بطنها ولد حى شق بطنها واستخرج الولد استدلالا بالآية السابقة بشرط أن يكون الولد قد بلغ وقتا ومدة يعيش اذا خرج حيا . ذلك صيانة لحرمة الحى وحياته وهذا أولى من صيانة حرمة الميت ، وقال بذلك أيضا الامام الشافعى كما قال ان الميت اذا بلع جوهرة لغيره وطالب بها صاحبها شق جوفه وردت الجوهرة اليه ، هذا والعضو الذى يؤخذ من الميت وينقل للحى يجوز ذلك اذا أوصى بذلك قبل وفاته ، فاذا لم يوص بذلك تؤخذ موافقة الورثة بترتيب الميراث اذا كانت شخصية المتوفى معروفة وورثته يعرفون ذلك .

فاذا كانت شخصيته مجهولة وغير معروفة ولم يتعرف أحد على اهله فان النيابة العامة هى التى تأذن فى نقل عضو من اعضائه الى شخص آخر ، كما أنه يجوز للانسان أن يوصى بجسده لطلبة كلية الطب ليتعلموا فيها ما يفيد الأحياء ويتدربوا على ذلك علميا وفى ذلك خدمة للبشرية . هذا بالنسبة للشخص المعروف . أما اذا كان مجهول الشخصية فان النيابة العامة هى صاحبة الراى والأمر لأن فى ذلك مصلحة ولا يجوز نقل أى عضو من ميت أوصى أو تبرع ورثته الا اذا انخفضت الوفاة وذلك بزوال الحياة كلية وعلامة ذلك أن يتعوج الأنف وأن تسترخى القدمان وينخسف الصدغان ويمتد جلد الوجه من الانكماش وقبل ذلك اشخاص البصر .

كما انه يجوز أن يتبرع انسان حى بجزء من جسده لا يترتب على اقتطاعه ضرر به متى كان ذلك فى صالح الشخص المنقول اليه وبيده خاصة اذا ما اشار بذلك طبيب وبحيث لا يؤثر العضو الذى يتبرع به المسلم الى عجزه او تشويهه لما جاء فى فقه الزيدية والشافعية انهما يجيزان أن يقتطع الانسان الحى جزءا من نفسه ليأكله عند الضرورة بشرط الا يجد مباحا ولا محرما آخر يأكله

ويدفع به مخمصته وان يكون الضرر الناشىء من قطع جزئه اقل من الضرر الناشىء من تركه الاكل .

اما حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم (كسر عظم الميت ككسره حيا(١)) . فمعناه ان للميت حرمة وكرامة كحرمة الحى فلا يتعدى شخص آخر على جسم هذا الميت بكسر عظمه لغير مصلحة وكذلك بغير اذن من الميت أو ورثته أو الولى فهذا فيه ابتذال ومهانة للميت لغير مصلحة راجحة . وجاء فى سبب هذا الحديث ان الحفار الذى كان يحفر القبر أراد كسر عظم انسان دون أن تكون هناك مصلحة .

من هذا يتبين انه ليس هناك مانع من أن يتبرع انسان حى بجزء من جسمه لشخص آخر بحيث لا يؤثر ذلك على المتبرع ولا يكون سببا فى تشويهه والاسلام يحث أتباعه على التعاون فى سبيل الخير وبحيث لا يتقاضى اى مبالغ نتيجة هذا التبرع . كما أنه لا يجوز بيع الدم وانما يجوز التبرع به لأن بيع الآدمى الحر باطل شرعا لكرامته حيث قال الحق سبحانه **« ولقد كرمنا بنى آدم(٢) »**. وانما يجوز التبرع اذا راى طبيب عادل ان التبرع بالعضو او الدم لا يؤثر على السليم .

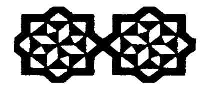
كما يجوز نزع عضو من شخص حديث الوفاة ونقله الى شخص آخر اذا كان قد اوصى بذلك او رضى بذلك لأن المصلحة

---

(١) سنن أبى داود تعليق الشيخ احمد سعد جـ ٢ ص ١٩٠ ط مصطفى البابى الحلبى الاولى سنة ١٣٧١

(٢) الاسراء ٧٠

العامة مقدمة على كل شيء والحى ابقى من الميت كما يقولون وكما سبقت الاشارة اليه وقد يقول شخص ان المستشفيات تبيع الدم او تبيع عضوا محفوظا لديها لآخر وتأخذ الثمن على ذلك نقـــول الذى يدفع للمستشفى هو نظير اجر العاملين والحفظ فى الثلاجات وشراء الكهرباء وما شاكل ذلك فهى اذا تأخذ اجرا على ما تنفقه لكن الذى يحرم هو ان يأخذ الشخص ثمنا لدمه او لعضوه أو ما شاكل ذلك . وعند اخذ الأجر للمستشفى يراعى عدم المغالاة.



الختـــان

ولعلنا لا ننسى ان الاسلام الذى دعانا الى العفـــة وأمرنا بالغض من أبصارنا نبهنا الى الختان وهو قطع غلفة الذكر وهو واجب فى حق الرجال لأن الذكر لو ترك دون ختان فان الغلفة تتجمع فيها بقايا من ماء البول لا يستطيع الانســـان غسلها وتنظيفهـــا ويتسبب ذلك فى تولد طفيليات فطرية تؤدى الى تقرحات وتقيحات وتوجد حكة . الأمر الذى يتولد منه أمراض جلدية خطـــيرة تضر بالانسان خاصة فى منطقة حساسة كهذه لذلك اوجب الاســـلام الختان على الذكر تطهيرا له وحفاظا على صحته ورعاية لعافيته وأحاطته بكل جوانب الرعاية الصحية ثم نبهنا رسول الله صلى الله عليه وسلم الى حلق العانة وهى الشعر الذى يحيط بمكان حساس فى جسد الانسان ومنطقة رقيقة لا تتحمل الحك ولو ترك الشعر دون حلق لكان منطقة لتولد القمل الذى ينقـل الأمراض الخبيثة علاوة على الحك المستمر نتيجة الأكلان الذى يشعر به من ترك شـــعره فيتولد من ذلك مرض جلدى خطـــير يؤدى الى « الجرب » وهو مرض جلدى يعدى باللمس ويكون هلاكا للانسان فلذلك نبهنا الاسلام الى نتف الأبط وهو ذلك الشعر الذى ينبت فى مكان يكثر فيه العرق والافرازات الدهنية فلو ترك شـــعر الابط لتولد منه أولا ــ رائحة كريهة علاوة على ان هذا الشعر سيتجمع فيه وحوله الافرازات الدهنية العرقية وهذا بالتالى يتولد منهـــا

القمل الذى يؤدى الى حكة فيكون من وراء ذلك التقيحات والدمامل لحساسية المنطقة لهذا نبه نبى الاسلام صلوات الله وسلامه عليه الى نتف الابط او حلقه المهم ازالة الشعر خوفا من كل ما ذكرناه .

وتلك الأحكام تشترك فيها النساء الا الختان فانه فى حقهن مكرمة وقد كانت العرب تختتن والرسول عليه‌الصلاة والسلام قال: **(الختان واجب فى حق الرجال مكرمة فى حق النساء)**(١) .



(١) فيض القدير للعلامة المناوى ج ٣ ص ٥٠٣ ط مصطفى محمد

العفة فى مجال الغرائز الجنسية

أقام الاسلام مجتمعه على الطهارة النفسية والعفة ليكون المجتمع سليما تشع فى جنباته روح الاخوة والمحبة لذلك حث الاسلام على الزواج وقد جاء فى حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم :

(انى اتزوج النساء وآكل اللحم وانام واقوم واصوم وافطر فمن رغب عن سنتى فليس منى[1]) .

وهذا من هدى النبى صلى الله عليه وسلم وهو من أكمل هدى به تكمل الصحة وتتم اللذة ويدوم للنفس السرور وقد قرر الأطباء ان من أحد أسباب حفظ الصحة للانسان الزواج لأن فيه قضاء الوتر ونيل اللذة والتمتع بالنعمة وقد قال بعض السلف . ينبغى للرجل أن يتعهد من نفسه ثلاثا : ينبغى أن لا يدع المشى فان احتاج اليه يوما قدر عليه وينبغى أن لا يدع الأكل فان أمعائه تضيق وينبغى أن لا يدع الجماع فان البئر اذا لم ينزح ذهب ماؤها : ويقول الرسول : صلى الله عليه وسلم :

---

(١) صحيح مسلم شكول جـ ٤ ص ١٢٩ ط محمد على صبيح

(يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج فانه اغض للبصر واحصن للفرج ومن لم يستطع فعليه بالصوم فانه له وجاء[1]) .

وهذا من باب توجيه النفس الى الحصانة الخلقية والعفة والطهارة ، والاسلام دين ومن تعاليمه « قل للمؤمنين يغضـــوا من ابصارهم ويحفظوا فروجهم » والاسلام وهو ينظم هذه العـــلاقة بين الرجل المراة حدد مســـارا يجب أن نلتزمه ولا نخرج عليـــه حفاظا على صحتنا وابقاء على النســـل لذلك حـــرم الشـــذوذ الجنسى ويتمثل فى :

(أ) اتيان الرجل للرجل ويسمى « اللواط » .

(ب) اتيان المراة للمراة ويسمى « السحاق » .

(جـ) اتيان الزوجة فى الدبر وهو لواط .

(د) الزنا : وهو التقاء رجل بامراة اجنبية لا تحل له حيث لم يعقد عليها عقدا شرعيا وفى كل هذا جاء قول الله تعـــالى : **« ولا تقربوا الزنا انه كان فاحشة وساء سبيلا[2] » .**

وقوله فى قوم لوط :

« اتاتون الذكران من العالمين وتذرون ما خلق لكم ربكم من ازواجكم بل انتم قوم عادون[3] » .

---

(١) صحيح مسلم مشكول جـ ٤ ص ١٢٨ ط محمد على صبيح
(٢) الاسراء ٣٢
(٣) الشعراء ١٦٥ — ١٦٦

وقد روى الترمذى عن طلق بن على قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (لا تاتوا النساء فى اعجازهن فان الله لايستحى من الحق(١)) وروى البيهقى (من اتى شيئا من الرجال والنساء فى الادبار فقد كفر) . وفى رواية(٢) ابن ماجة (لا ينظر الله الى الرجل جامع امراته فى دبرها(٢) .

وقد حرم الاسلام ذلك لأن الانسان يصاب بأمراض كالزهرى والسيلان وتلك امراض خطيرة تصيب الانسان بتقرحات فتهلكه كما انه يصاب بالسيلان فيعيش نجس الملبس كريه الرائحة يعافه جلساؤه لانه كريه الرائحة ومن شم رائحته تأفف فيشعر بانه منبوذ . فيعيش فى وحشة ممزق لا يحضر جماعة ولا تالفه الجماعة.

كذلك حرم الاسلام اتيان المراة حال الحيض لأن دم الحيض فاسد ومضر للرجال حال اتيان المراة اثناء الحيض. كما ان الأعضاء التناسلية فى المراة اثناء الحيض تكون فى حالة احتقان وفى مباشرتها ضرر كبير عليها وعلى الرجل فضلا عن كون الجنين الذى ينتج عن مباشرة الرجل والمراة فى حالة الحيض يولد مشـوه فى الغالب . قال الله تعالى :

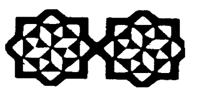
وَيَسْـَٔلُونَكَ عَنِ ٱلْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَٱعْتَزِلُوا۟ ٱلنِّسَآءَ فِى ٱلْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ ٱللَّهُ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلتَّوَّٰبِينَ وَيُحِبُّ ٱلْمُتَطَهِّرِينَ (١) .

---

(١) سنن الترمذى تحقيق عبد الرحمن محمد ج ٢ ص ٤١٦ ط السلفية
(٢) سنن ابن ماجه بشرح السندى ج ١ ص ٥٩٢ ط التازية
(٣) البقـرة ٢٢٢

روى الترمذى واحمد ان رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : (من اتى حائضا او امراة فى دبرها او كاهنا فصدقه فقد كفر بما أنزل الله على محمد)(١) .

ان الله سبحانه وتعـــالى حرم وطء المراة فى الفـــرج أثناء الحيض والنفاس وهو اذى عارض لأنه ثبت ان ذلك يكون سببا فى العديد من الأمراض الخطيرة على الزوجين وما ينتج بينهما من اولاد فما الظن بالاتيان فى الدبر الذى لم يتهيأ لهذا ولم يخلق له وهو محل الأذى والقاذورات ومن يفعل ذلك فانه يعرض نفســـه لانقطاع النسل فضلا عما يصيبه وزوجته من أمراض وأخطار .



(١) صحيح الترمذى بشرح الامام ابن العربى ج ١ ص ٢١٧ ط المصرية الأولى سنة ١٣٥٠ هـ — ١٩٣١ م

نظافة البيئة

ان صحة البيئة فرع خاص من علم الصحة العامة تهتم به الأمم والجماعات التى تبغى لأبناء وطنها صحة وعافية . واذا كنا نلحظ فى هذه الأيام أنه تقام مؤتمرات وتعقد ندوات للتحدث عن صحة البيئة ونظافة المنطقة ليحيا الانسان فى صحة وعافية فــان الاسلام قد سبق الأمم والشعوب التى تدعو الى ذلك لأن البيت والمسكن والشارع والحارة كل هذه الأشياء رعاها المشرع الحكيم عندما وضع لنا القواعد العامة للمعيشة الكريمة .

والمتأمل فى تعاليم الاســـلام يلحظ حرصه على حسن مظهر المسلم حتى لا يصاب بالمرض ويتمتع بصحة طيبـــة ويســـتطيع ممارسة العبادات التى كلفه الله بها لأنها تحتاج الى قيام وقعود كما فى الصـــلاة وتطلب عافيـــة فى البـــدن ليتمكن من الســـعى فى الأرض ليكسب قوته وقوت أولاده ويصون وجهه من ذل السؤال . ويتمكن من اخراج الزكاة . فاليد العليا خير من اليد السفلى كما تمكن من السعى الذى يحتاج مكابدة ومشقة . ولا يقدر عليها الا السليم الصحيح وبالصحة التى اكتسبها المسلم من نظافة نفسه وجسده وبيته وبيئته يستطيع أن يرحل من بيته الى بيت الله لأداء الحج ويطوف ويسعى ويردد ما قاله الرسول صلى الله عليه وسلم : (رحم الله امرأ أرى القوم من نفســـه اليوم قوة) فالصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يعرف قدرها الا المرضى .

ان الصحة عند المؤمن وسيلة لتحقيق غاية هى النهــوض بالرسالة التعبدية والاجتماعية التى كلفنـــا بها الحق سبحانه وتعالى .

ولقد أمر الاسلام بنظافة البيئة المحيطة بالانسان من حجرة النوم الى افنية البيوت الى الشارع وجعل النظافة من ســمات المسلمين فقد جاء فى مسند البزار عن النبى صلى الله عليه وسلم (ان الله طيب يحب الطيب نظيف يحب النظافة كريم يحب الكرم جواد يحب الجود فنظفوا فناءكم وساحتكم ولا تتشــبهوا باليهود يجمعون الأكباء فى دورهم « الأكباء » « الزبالة ») .

ان الأماكن الطيبة النظيفة هى التى تنزل فيها الملائكة لأنها تحب المكان النظيف الذى يفوح منه الرائحة الطيبة ولأنها تنفر من الروائح الخبيثة . اما الشياطين فانها تنفر من الأماكن النظيفة ذات الرائحة الطيبة واحب شىء اليهـــا الأماكن الكريهة المنتنـــة الرائحة فى سبيل نظافة البيئة واظهار مجتمع المسلمين بالصـــورة الطيبة النظيفة الراقية .

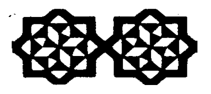
(كما نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن التبول أو التبرز فى الطريق العام(١)) لأن من يتبول أو يتبرز فى الطريق العام يؤذى الناس أولا ويخدش حياء من يراه ثانية وتلك صورة تنم عن الانحطاط الفكرى والتخلف الحضارى) .

---

(١) سنن أبو داود جـ ١ ص ٦ ط. مصطفى الحلبى .

ولا يفعل ذلك الا من فقد أهليته ونزل عن درجات الانسانية والناس يلعنونه لأنه اذاهم بفعله الكريه . ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم فيما رواه مسلم وأبو داوود (اتقوا اللاعنين) قالوا وما اللاعنان يا رسول الله ؟ قال :

(الذى يتخلى فى طريق الناس أو ظلهم(١)) . وجعل الرسول صلى الله عليه وسلم اماطة الأذى عن الطريق صدقة .



(١) صحيح مسلم بشرح النووى ج ٣ ص ١٦١ ط. حجازى .

البيئة المدرسية

وبقدر ما للآباء من دور مهم نجد ان للمدرسة دورا أهم فى توجيه الطلاب الى رعاية قواعد الصحة العامة وأداب السلوك السوى لذا يجب مراعاة الآتى :

١ ــ توجيه الطلاب الى التعامل مع بعضهم بروح الجماعة والتخلق بالخلق الحسن .

٢ ــ تتبع أحوال الطلاب من ناحية النظافة العامة خاصة والملابس والشعر والأظافر وأن يكون الأساتذة قدوة فى جمال المظهر ومراعاة عدم التدخين فى الفناء المدرسى أمام الطلاب .

٣ ــ الاهتمام بنظافة المرافق المدرسية والفناء وغرس الأشجار التى تضفى على البيئة منظرا جميلا حتى يتذوق الطلاب المنظر الجمالى فى خلال الرؤية الواقعية .

٤ ــ تعويد التلاميذ على الجلسة الصحية عند المذاكرة أو القراءة .

٥ ــ اعطاء التلاميذ التمارين الرياضية فى طابور الصباح تنشيطا لهم وتنمية لعضلاتهم ويلاحظ ان هناك معلومات لا يستطيع الأباء التحدث فيها مع أبنائهم لظروف شتى ولكن فى امكان المدرس

توصيل تلك المعلومة من خلال اى موقف يراه يتطلب اعطاء جرعة فكرية عن تلك المعلومة من خلال ما رآه او من خلال ما يتعــرض له بالشرح لبعض المواد خاصة ما يتعلق بالنواحى الجنسية فان المعلومات عنها يجب ان تعطى بحذر ودقة لاننا مجتمع صــاحب دين ولنا أخلاق وتقاليد توارثناها تجعلنا لا نستطيع التحدث فى هذه الأمور على الوجه المكشوف لكن تساق المعلومة من خلال منظور خاص للأحداث التى يساق عندها الحديث عن هذا الموضوع ولمــا كان المجتمع المدرسى من شأنه أن ينمى الفكر ويصقل العقل . كان لابد لهذا الجو ان يحرص على تربية الأجسام لأن العقل السليم فى الجسم السليم .

صحة المجتمع :

المجتمع هو قطعة من الأرض يعيش عليها جماعة من الناس. هذه الجماعة تتعايش على المصادر الطبيعية التى تمدها بأسباب الحياة وهى الهواء والماء ومصادر الغذاء . وهذه الأشياء لابد أن تكون نظيفة لتحفظ على الشخص سلامة بدنه وعقله وتؤهله لأن يكون سليما حتى يستطيع أن ينتج ويعمر وبهذا نستطيع أن نصل الى مستوى راق بصحة المجتمع بالاعتماد على طبيعة التفاعلات بين المصادر الطبيعية وتصرفات افراد هذا المجتمع وسياسته . لذا يجب ان تكون صحة الانسان وصالحه هما محور نشــاط كل الأعمال الانسانية المتعلقة بهذا المجتمع .

لذلك فان التلوث بأى شــكل من اشكاله ســواء كان فى الهواء أو المــاء أو الأراضى عن طريق المبيدات أو غيرها يؤثر على صحة الانسان سواء كان ذلك على المــدى القصير أو الطويل .

وغالبية مشاكل التلوث التى يحاول الانسان ايجاد حلول

لها هى من صنع يده وبذلك يجب اتخاذ القرارات السليمة وبسرعة فى كل ما يتعلق بالمجتمع خاصة فى :

(أ) الماء : يقول الله تعالى : **« وجعلنا من المـــاء كل شىء حى[1] »** .

ويقول جل شأنه **« واسقيناكم ماء فراتا[2] »** .

ويقول الرسولّ صلى الله عليه وسلم : **« لا تشربوا نفسا واحدا كشرب البعير ولكن اشربوا مثنى وثلاث[3]** .

ومفهوم ذلك ان المـــاء سبب للحياة ســـواء للانسان أو الحيوان أو النبات فلا حياة بدون ماء وهو ركن من أركانها لازم للصحة وضرورى لتمام العافية واستعماله شرط أساسى فى دوامها.

ويعتبر المـــاء أحد ضروريات الحياة للانسان حيث يحتوى جسم الانسان على ما يقرب من ٦٥٪ من وزنة ماء . وللماء أهمية كبرى للكائنات الحية ولكن بالنسبة للانسان يقوم بالآتى :

١ ــ يساعد على التفاعلات داخل جسم الانسان .

٢ ــ يســـاعد على اذابة المواد الغذائية ويســـهل على الجسم امتصاصها .

٣ ــ ينظم حرارة الجسم ويلطفها .

٤ ــ ينظم عملية الضغط الاسموزى فى حركة الجسم .

---

(١) الأنبياء ٣٠
(٢) المرسلات ٢٧
(٣) جامع الترمذى ج ٣ ص ٢٠١ ــ ٢٠٢ ط. المدنى (١٣٨٤هـ ــ ١٩٦٤م).

٥ — اخراج المواد الضارة والسامة خارج الجسم بطريق العرق أو البول أو البراز .

ومن هـــدى الاســـلام الشرب قاعدا وفى ذلك من الفوائد الصحية ما يؤيده الطب فان الشرب على دفعات وفى وضع القعود التى تكون فيها المعدة مضغوطة بعضلات البطن ما يساعد الانسان على التوقى من الوقوع فى شر بلع الهـــواء المـــؤدى الى ارتفاع الحجاب الحاجز وضغطه على أعضاء الصدر واحشاء البطن المختلفة وتوليد اضطرابات متنوعة داخل جسم الانسان .

وترتبط المياه بالانسان وصحته سواء كانت مصدر التغذية أو مصدر ضرر ويحصل الانسان على المـــاء من عدة مصادر هى :

١ — المياه الجوفية وهى مياه الآبار والينابيع أو العيون .

٢ — المياه الصـــحية وميـــاه الأنهـــار والترع والجداول والبحيرات والبرك .

٣ — مياه الأمطار وهى من أنقى مياه الا أن التلوث يصل اليها سريعا عن طريق الهـــواء وما به من غازات أو غبار عالق به أو ميكروبات .

ويمكن للماء ان يكون ملوثا عن طريق :

١ — كميائى : مثل مخلفات المصانع سواء كانت هذه المصانع تصنع موادا غذائية كالمعلبات أو منتجات الألبان أو مصانع الورق والسماد أو مخلفات البترول حيث تحتوى هـــذه المخلفات على مركبات الزرنيخ أو الرصاص أو المبيدات الحشرية وتقوم المصانع بدفع هـــذه الأشياء الى مصـــادر المياه فيستعملها الانسان فيصاب بأمراض فتاكة .

٢ — طبيعى : هو عبارة عن تغيير رائحة المـــاء أو طعمها ، مما يؤثر على صـــلاحية ما بها من أسماك للأكل .

٣ — بكتيرى : وهـــذا التلوث ناتج عن وجـــود اجسام دقيقة سواء كانت هـــذه الأجســـام حيوانية أو نباتية من المجارى أو المزارع الى مصادر المياه الأولى .

لذلك نهى الاســـلام عن التبرز أو التبول فى المياه سواء كانت راقدة أو جارية لأن ذلك يؤدى الى نقل العدوى خاصة البلهارسيا والانكلستوما وخطورة هذين المرضين على الانسان كبيرة جدا وما شاكل ذلك من أمراض تهد كيان الانسان وتضعفه . واذا كان النهى من رسول الله صلى الله عليه وســـلم **عن قضاء الحاجة من بول أو براز فى المـــاء الـــذى يستعمله الانسان فى سائر شئونه** وكذلك النهى عن فعل هذه الأشـــياء فى طريق النـــاس الذى يمشون فيه أو أماكن ظلهم فان ذلك يشمل شواطىء الترع والقنوات والأنهار وقـــد اطلق رســـول الله صـــلى الله عليه وسلم الملاعن على من يفعل ذلك فى طريق الناس وقـــد ثبت طبيا أن هذا الصنيع من قذارته وتقرز النفوس منه يولد أمراضا وبائية ومتوطنة ويقول الرســـول صـــلى الله عليـــه وســـلم « اتقوا الملاعين الثلاثة : **البراز فى الموارد وقارعة الطريق والظـــل**(١) » ويشمل ذلك ايضا البصاق والتمخط فى الطريق فان ذلك يؤذى النفوس ايضا وينشر الأمراض الخطيرة ويكون ذلك سببا فى انتشار العدوى فى جمهور كبير من الناس .

واذا كان العلم الآن قد تقدم وكشف من الأخطار التى تحيط بالصحة العـــامة من خلال هذه الأشياء فان رســـول الله صلى

(١) سنن ابو داود ج ١ ص ٦ ط. مصطفى الحلبى .

الله عليه وسلم قد اخبرنا بذلك منذ اكثر من الف واربعمائة سنة مما يكشف لنا عن مزية الاسـلام الذى جاء لاسعاد البشرية لذلك يجب الحفاظ على المـاء وابعاد كل ما من شانه ان يضر بصحة الانسان خاصة المبيدات الحشرية .

الهـواء :

الهواء مصدر لحياة الانسان لأنه بالتنفس وتبادل الغازات الموجودة فى الغـلاف المحيط بالانسان يتم تبريد حرارة الجسم عندما يتعرض الجلد للهواء الخارجي فيشعر الانسان بالراحة ويستطيع القدرة على العمل ويستمتع بالحياة لانه يتنفس حوالى نصف لتر هواء كل شهيق (حوالى الفى جالون يوميا) ومن هنا يتضح اهمية الهواء بالنسبة للانسان وكل الكائنات الحية الأخرى .

والغلاف الجوى يتكون من ٢٠ر٩٣٪ أوكسجين ، ٠٤ر٠٪ ثانى أكسيد الكربون ، ٠٤ر٩٧٪ آزوت وكميات ضئيلة من غازات أخرى مثل الأيدروجين والنشادر والنيون والأرجون .

وهذا الهواء الـذى خلقه الله تبارك وتعالى على تلك الصفة وبهذه النسب التى حددها العلماء انما هى صالحة للانسان وكافة الكائنات الأخرى لقد خلقها الله طاهرة نقية لا تلوث فيها أو أشياء تضر بجسم الانسان وبدبيب الانسان على الأرض ومحاولته اختراع أشياء تخدمه وتسـهل له حياته بدا هناك نوع من التلوث للهواء هذا التلوث هو عبارة عن وجود مواد فى الجو بكميات تؤثر على صحة الانسان وراحته سواء كان هـذا التأثير مباشرا أو غير مباشر وتعتبر حرق القمامة والتخلص منها من الأسباب الهامة فى تلوث الجو المحيط بالانسان وذلك لتصاعد أبخرة وادخنة تضر من يكون فى حيزها ضررا بليغا خاصة اذا ما علمنا أن الحرق لو تم فى

مدينة مزدحمة بالسكان ووسائل المواصلات العامة والخاصة والشوارع الغير مرصوفة تعتبر من اشد العوامل الهدامة لصحة الانسان وذلك لارتفاع نسبة التلوث فى الهواء الذى يتم استنشاقه فيؤثر على صحة الانسان وبالتالى يفقد الانسان توازنه ذلك لأن الهواء عنصر دائم التغير وتلوثه يهدد الكائنات كلها والانسانية فى مجموعها تعتبر ضحية نتيجة هذا التلوث الذى يتحرك من هنا الى هناك .

ولعلنا نذكر أن الغازات التى تنتج فى بعض الدول تؤثر تأثيرا مباشرا على سكان الدول الأخرى فالسويديون يعانون كثيرا من تساقط غاز ثانى اكسيد الكبريت ومصدره المصانع الألمانية والانجليزية ذلك أن الرياح تحمل رزاز تلك المادة الكيمائية الى السويد وقد ثبت ان لبن الأمهات فى البلاد المتقدمة صناعيا اصبح لا يصلح لأطفالهن بسبب احتوائه على مادة أل د.د.ت بنسبة أكثر مما تسمح به منظمات الصحة العالمية كذلك بعض العقاقير المستخدمة فى مقاومة الطفيليات تنتشر فى الهواء وبالتالى نستنشقها فتختلط بأجسامنا . كما أنها تنتشر كذلك فى بعض ما نتناوله من طعام وكل ذلك يتركز فى الدم والدهون مما يكون له آثار عميقة وضارة بأجسامنا .

ولعل بعض الأمراض السرطانية أو أمراض الدم ترجع الى امتصاص هذه العقاقير التى تعتبر نسبة السموم فيها باعثة للقلق .

واذا كنا نتحدث عن الهواء كمصدر حياة للانسان فأننا نقصد الهواء النقى الذى لم يخالطه التلوث الناتج عن الدخان الصاعد من المنازل أو المصانع أو وسائل المواصلات من سيارات وقطارات وما شاكل ذلك كالموتسيكلات . فكل هذه الأشياء تمثل نسبة

٥٠٪ من عوامل تلوث الجو . يضـــاف الى ذلك بعض الغازات والأتربة الضارة وكل ذلك يؤثر فى الهواء الـــذى يؤثر بدوره فى الانســان وكيانه خاصة اذا ما عرفنا ان الدخان المتصاعد من سيجارة مثلا لانسان يدخن فأن هـــذا الدخان الذى نراه يتصاعد منبعثا من فمه هو مجموعة من السموم لها تأثير ضار اذا ما استنشقه مخالط للمدخن فما بالنا وهذا الدخان الذى نراه يتصاعد من مداخن الأفران المنتشرة داخل المــدن او المنبعثة من مداخن المصانع او نفايات السيارات الأمر الذى يجعلنا نقف طويلا امام هذه المشاكل التى تضر بصحة الانسان ونطالب باصدار قوانين تحمى كل مواطن على ظهر الأرض من الخطر الذى يحيط به من كل جانب .

واذا كان لكل عصر مشكلاته الصحية ولكل مكان على الأرض كذلك مشكلاته الصـــحية فعلينا ان نلحظ كمشكلات العصر الحديث اختلفت انواعها وتعددت اصنافها واصبح لزاما على ذوى العقول أن يتنبهوا الى ما اصبح يهدد صحة الانســـان وصحة كل كائن على وجه الأرض وان تكون هناك نظافة للبيئة المحلية التى يتفاعل معها الانسان ويحاول الفرد دائما ان يكيف سلوكه وفقا لمـــا يراه ويحيط به . وعلى هـــذا يمكن أن ننشر التثقيف الصحى بين الناس جميعا حتى يعملوا على مكافحة التلوث فى الجو ليعيشوا سعداء بصحتهم ويسعدوا بهواء نقى . وعلينا ان ندرس تحويل المصانع الى اماكن بعيدة عن المــدن وان نقى العمال من تلوث جو المصنع بارتفاع المداخن وان نضرب بيد من حديد على سائقى وسائل النقل التى يخرج منها العادم القاتل وان تسحب تراخيص كل مخالف .

وبالنسبة للأفران يتم تحويلها الى الكهرباء والغرض من ذلك هو المحافظة على الغلاف الجوى حتى يكون نظيفا حماية للانسان والكائنات .

الضوضاء :

وفى هــذا المجال لا يفوتنا الحديث عن الضوضاء واثرها فى ازعاج واقلاق راحة الانسان حيث أن للضوضاء اثرا سيئا على حاسة السمع ، بل اثارها مدمرة للانسان حيث يتسبب فى زيادة ضغط الــدم والتنفس وسرعة ضربات القلب والاقلال من افراز العصارة المعدية واحداث الضــعف الدائم أو المؤقت لحاسة السمع والطنين فى الاذن . كما وجد ان الضوضاء تسبب لهم حدوث قرح الاثنى عشر بل **ثبت ان الخنزير يصاب بدوخة** وعــدم توازن وقد اجريت بعض التجارب على الحيوانات المختلفة تثبت أن للضوضاء اثارا مدمرة على كل شيء ولعلنا نذكر ان الصين الشعبية استفادت من التجارب وقضت على العصــافير التى تأكل المحصول بكثرة الضوضاء التى احاطت بالعصافير من كل جانب .

واذا كان الأمر كذلك وثبت أن الضوضاء تضر بصحة الانسان وتؤثر على كيانه فانه يلــزم علينا ان نعمل على ابعاد الأصوات المزعجة أو اصـــوات الآلات التى يتم تركيبها فى الشوارع ويترتب عليها ازعاج الانســـان واقلاق راحته . ولعلنــا ونحن نذكر ذلك نطالب الجهات الأمنية بأن تراعى عــدم التصريح لتركيب بعض الماكينات المزعجة مثل منشار النجارة أو سمكرة السيارات وكذلك الاصوات المزعجة التى تنبعث من بعض الموتسيكلات أو السيارات التى تحتاج موتوراتها الى اصــلاح أو ما شابه ذلك من ادوات الحدادة وخلافه لأن هــذه الأشياء مزعجة تؤثر على الشخص فيصاب باضطراب .

ان الضوضاء تضر بصــحة الانسان وتؤثر عليه الأمر الذى يدعونا الى ان نفكر فى ابعاد كل ما من شأنه اثارة الضوضاء عن اماكن التجمعات السكانية . كذلك الاشراف الصحى على العمال

المعرضين للضوضاء وعزل كل هـــذه الأشياء فى أطراف المدن وخارج القرى وابعاد المصانع عن المدارس .

ووضع أشياء مناسبة للأذن لمن يعملون فى أماكن ضوضائية ونذكر فى هـــذا المقال قـــول الله تعالى ((**ونفخ فى الصور فصعق من فى السموات ومن فى الأرض الا من شاء الله(١)**)) صدق الله العظيم مما يدل على أن الانسان قد يموت بسكتة قلبية نتيجة صوت عال وصـــل الى مسامعه دون أن يتنبه لمصـــدر الصـــوت ومن هنا أشار ســـيدنا رســـول الله صـــلى الله عليه وسلم الى هذا المعنى فى قوله صلى الله عليه وسلم (**لا تروعوا المسلم فان روعة المسلم ظلم عظيم(٢)**) . وكل شخص مطالب أن يحب للنـــاس ما يحب لنفسه لأن الرسول صـــلى الله عليه وسلم يقول هذا . ولا شك أن الضوضاء تزعج الانسان مما يؤثر عليه صحيا ونفســـيا الأمر الذى يجعلنا نضع القواعد الصحيحة مراعاة للناس ومصالحهم التى هى من هدى الاسلام وتوجيهاته .

الأرض :

والتى هى تمد الانسان والحيوان والنبات بالغذاء وهو عبارة عن جميع المواد التى يمكن تناولها والتغذية عليها وامتصاصها داخل الجسم لتساعده على النمو وعلى قيام أعضائه بوظائفها وصيانته وتعويض الأنسجة وتوليد الطاقة ووقاية الجسم من الأمراض . وعندما يرتقى الانسان ليعى دوره فى الحياة وفى المحافظة على البيئة تنتهى معظم مشاكله الحيوية . لأن المشكلة الكبرى التى تواجهها المجتمعات الحديثة أساسها سوء اســـتغلال البيئة بما يؤثر على درجة صـــلاحيتها لمعيشـــة الانسان والكائنات الحية الأخرى .

(١) الزمر ٦٨
(٢) فيض القدير للعلامة المناوى ج ٦ ص ٣٦٥ ط. مصطفى محمد

والكرة الارضية هى اثمن المصادر الطبيعية قاطبة (غابات — مزارع — بحار — بحيرات — انهار — جبال — باطن الأرض بما فيه من معادن) كل ذلك مصادر طبيعية هى دعائم الحياة للانسان . ولذا يتعين اجراء المزيد من الدراسات حول نشاط الانسان المرتبط ببيئته والمصادر الطبيعية حوله .

ولقد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم وهو القدوة لنا يهتم بالأرض وما عليها لأن القرآن الكريم وهو قانون السماء لاهل الارض يقول : ((**فاذا قضيت الصلاة فانتشروا فى الأرض(١)**)) لذلك كان من باب الأمن والأمان للانسان وهو يتحرك على ظهر الأرض او يغوص فى الأنهار أو المحيطات عليه ان يقتل كل ما يؤذيه أو يوقف مسيرته أو يؤثر على صحته .

وقد روى مسلم عن عائشة رضى الله عنها قالت : (قال رسول الله صلى الله عليه وسلم خمس فواسق يقتلن فى الحل والحرم : (الحية والغراب الأبقع والفأرة والكلب العقور والحديا(٢)) ذلك لأن الاسلام دين حضارى يهتم بصحة الانسان ويدفع عنه كل ما يلحق به من الضرر أو الأذى . ولقد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يدعو الى نظافة البيوت والمساكن وما بداخلها من آنية للطعام أو الشراب وكان يأمر اصحابه بتغطية الاناء الذى به طعام وقد جاء فى حديث **(غطوا الاناء واوكئوا السقاء(٣))** .

والوكاء كل ما يربط من خيط على فم اناء الشرب كل ذلك من باب الحفاظ على الصحة فى خلال المحيط الأرضى الذى يعيش عليه الانسان .

---

(١) الجمعة ١٠
(٢) فيض القدير للعلامة المناوى جـ ٣ ص ٤٥٣ ط. مصطفى محمد .
(٣) صحيح مسلم شكول جـ ٦ ص ١٠٥ ط. محمد على صبيح.

ولعلنا ونحن نعيش على الارض نعمل على ان نحافظ على طهارتها ونقائها وابعاد الشىء المؤذى عنها وكل ما من شانه يوجد التلوث عليها حفاظا على صـــحة الانسان ثم علينا ان نتخلص من الفضلات الآدمية بطريقة ســـليمة من شأنها الا تضر بالهـــواء او المـــاء او الارض .

وذلك كالقمامة والمياه المستعملة والفضـــلات الآدمية . كما يجب تعويد الأطفال الا يتبرزوا ولا يتبولوا ولا يبصقوا او يتمخطوا فى الطريق العام حفاظا على تنقية الجو وســـلامة البيئة .

والرسول عليه الصـــلاة والسلام يقول : **(اعزل الاذى عن طريق المسلمين(١) ويقول (الايمان بضع وستون شعبة افضلها قول لا اله الا الله وادناها اماطة الاذى عن طريق المسلمين(٢)).**

ودخل المسجد ذات يوم وفى يده عرجون فرأى نخامات فى قبلة المسجد فحتهن حتى انقلهن ثم اقبل على الناس فغضـــب فقال : **(ايحب احدكم ان يستقبله رجل فيبصق فى وجهه . ان احدكم اذا قام الى الصـــلاة يستقبله ربه والملك عن يمينه فلا يبصق بين يديه ولا عن يمينه) .**

لقد اراد رسول الله صـــلى الله عليه وسلم بهذا ان يؤصل فى الناس عادات جديدة تتمشى مع القواعد الصحية فاستعمل اسلوبا مثيرا مؤثرا ليزيح به عن البيئة بعض الأخطاء التى التصقت بها وعدم المبالاة بالبصق او التمخط فى الطرق العامة فاهتم الرسول بنظافة ماتجمد منها بنفســـه بالعراجين (وهى سباطة البلح بعد نزع

(١) صحيح مسلم بشرح النووى ج ١٦ ص ١٧١ ط. حجازى .
(٢) صحيح مسلم بشرح النووى ج ٥ ص ٦ ط. حجازى .

البلح منها ليكون ذلك بيانا عمليا للحرص على النظافة وان كل انسان عليه ان يسهم بصورة حية وملموسة فى نظافة البيئة التى يحيا فى وسطها ولما كان من مقتضيات الطهارة فى الاسلام ان يكون مكان الشخص نظيفا طاهرا فان ذلك فضلا عن كونها واجبا صحيا هى ايضا واجب شرعى لأن اكثر الاسباب فى انتشار الأمراض يدوس الانسان فى الطريق العام على ما يلقى فيه من قاذورات التى تكون مرتعا خصبا لميكروبات الأمراض . لذلك حثنا الاسلام على النظافة وجاء فى حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم (**عرضت على اعمال امتى حسنها وسيئها فوجدت فى محاسن اعمالها الأذى يماط عن الطريق ووجدت فى مساوىء اعمالها النخامة تكون فى المسجد لا تدفن(١)**) .

ولعل هذا مأخوذ من قول الله تعالى فى توجيهه لسيدنا ابراهيم (**وطهر بيتى للطائفين والقائمين والركع السجود(٢)**) **صدق الله العظيم** .

ولما كان التوجيه من رب العالمين الى العباد الا يفسدوا فى الأرض بعد اصلاحها لأنه هو الذى خلقهم واستخلفهم فى الأرض فان الواجب علينا ان نهتم بالأماكن الخربة على الأرض والتى تقع وسط البيئة المعمورة وان تتضافر القوى لتحويلها الى اماكن نظيفة صالحة يستغلها الانسان فيما يعود على المجتمع بالخير والأمن . كما ان النهوض بزراعة الأرض وانماء الثروة الزراعية فى ذلك نفع لبنى الوطن . كما ان ذلك لازم للحفاظ على مكاسبهم وزيادة دخلهم وان عليهم ان يعلموا ان ترك مخلفات الأتربة على

---

(١) فيض القدير للعلامة المناوى ج ٤ ص ٣١٣ ط. مصطفى محمد .
(٢) الحج ٢٦

شواطىء المصارف ما يجعلها مرتعا خصبا لتكاثر الفئران والحشرات الضارة وذلك مما يحاربه الاســـلام ويعلم اتباعه التخلص من كل ذلك ليكون مجتمعهم نظيفا وصحتهم قوية . فقد قال الرسول صلى الله عليه وسلم (**المؤمن القــوى خير واحب الى الله من المؤمن الضعيف**(١) ويقول فى التنبيه على نظافة البيئة والحرص على وجود جو نقى (لا يبولن أحدكم فى المـــاء الدائـــم الذى لا يجرى ثم يغتسل فيه) .

ان الاســـلام قد ســـبق الأمم الراقية والمتحضرة فى الطب الوقائى لأن الوقاية خير من العلاج وهو يحث اتباعه لرفع مستواهم الصحى واتباع الارشادات الخاصة بذلك وتنفيذ النصائح ثم هو يدعو للتوعية المكثفة فى كل مكان كما أنه يحث على التخلص من القمامة وسرعة نقلها بعيدا عن اماكن العمران وعدم تركها فترة طويلة لأنها تكون مبـــاءة للعفن والروائح الكريهة التى تؤثر على الصحة وتنشر العدوى ثم جاء النهى عن القاء الفضلات والقاذورات فى الشوارع والطرقات والله سبحانه وتعالى يحب التوابين ويحب المتطهرين . كما أن الاســـلام يحرص على غرس الأشجار ورعايتها حتى تكبر لأنها تعطى منظرا جميلا ومن طبيعة الشجر أنه يخدم البيئة الاجتماعية اما بالثمر أو الخشب وفى نفس الوقت تلطيف حرارة الجو فيحتمى به الانسان من شدة الحر أو عند نزول المطر . ولذا قال الرسول صـــلى الله عليه وسلم (**اذا قامت الساعة وفى يد أحدكم فسيلة فـــان استطاع ان يغرســـها فليفعل**(٢) كما ان للشجر خاصية امتصاص بعض الميكروبات .

---

(١) رياض الصالحين للنوى ص ٦٧ عيسى البابى الحلبى .
(٢) جامع الأحاديث للسيوطى جـ ٢ ص ١٧٨

وفى نفس الوقت يرغب الاسلام الانسان أن يكون ذا مظهر حسن من ناحية الملبس والشكل والهيئة . فيقول الله تعالى : « **وثيابك فطهر والرجز فاهجر** » وجاء فى حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم (من كان له شعر فليكرمه(١) واكرام الشعر مقصود به تسريحه وتنظيفه وغسله حتى لا يكون مرتعا للقمل وما شاكل ذلك . وجاء فى حديث آخر عشر من الفطرة قص الشارب واعفاء اللحية والسواك واستنشاق الماء وقص الأظافر وغسل البراجم ونتف الأبط وحلق العانة وانتقاص الماء أى (الاستنجاء) قال مصعب راوى الحديث . **(ونسيت العاشرة الا أن تكون المضمضة(٢))** .

ان الاسلام يهتم بالارض لأنها مكان حركة الانسان فى سعيه الدائب على رزقه وانتقاله عليها بيسر وسهولة . لذلك يجب على ولاة الامور الا يتركوا حفرة تفضى الى موت من يتعثر فيها ولا يتركوا اسلاك الكهرباء عارية حتى لا تكون سببا فى صعق مواطن لا يعرف خطورتها أو طفل صغير لا يدرك تأثيرها . وكذلك الاهتمام بالمجارى حتى لا تغمر الشوارع بمياهها الكريهة ورائحتها المؤذية .

ولعلنا نذكر فى هذا المقام قول الحاكم المسلم وهو يحدد مسئوليته ازاء الرعية — جمهور الناس — فيقول وهو فى المدينة (والله لو عثرت بغلة فى العراق لوجدتنى مسئولا عنها أمام الله . لم لم أسو لها الطريق) وتلك مسئولية كبيرة يجب على الولاة أن يهتموا بها كذلك فى ايامنا هذه يأتى استعمال المبيدات الحشرية ورشها على

---

(١) سنن ابى داود جـ ٢ ص ٣٩٥ ط. مصطفى محمد .

(٢) صحيح مسلم بشرح النووى جـ ٣ ص ١٤٧ — ١٤٨ ط. حجازى .

المزارع لقتل الحشرات الضارة بالزرع . وهذه المبيدات لها تاثير على الانسان وصحته لانها بالتالى تدخل الى النبات الذى يتغذى منه الحيوان الــذى يأكله الانسان لذلك على العلماء الآن جهد كبير لايجاد بدائل صـــحية لحل المشاكل البيئية دون التأثير على الانسان وصحته وفى نفس الوقت القضاء على الآفات الزراعية لأن صحة البيئة هو العلم الــذى يبحث فى البيئة من الناحية الصحية ومدى صلاحيتها لمعيشة الانسان فى جو نظيف .

وحفاظا على الصحة العامة وعــدم انتشار الأمراض نهى رسول الله صـــلى الله عليه وســـلم عن التبول فى المـــاء الراكد أو الجارى كما نهى عن رمى أى شيء من القاذورات فى الماء الراكد او الجارى او الطرقات روى الطبرانى ان النبى صـــلى الله عليه وسلم نهى أن يبال فى المـــاء الجارى . وفى رواية احمد : نهى ان يبال فى المـــاء الراكد ولمـــا كانت الوقـــاية خـــيرا من العـــلاج ونبى الاسلام عليه الصلاة والسلام هو الذى وضع هـــذه القاعدة الطبية بقوله وفعله وذلك لأن المؤمن القوى خير واحب الى الله من المؤمن الضعيف لذلك فقد أقام الحجر الصـــحى على المرضى بأمراض معدية خوفا من انتشار المرض واضعاف مجتمع المسلمين وتوجيه النبى صلى الله عليه وســـلم متيقن قطعى الثبـــوت لأنه صادر من تلب يتلقى الوحى عن رب العالمين جاء فى الصحيحين عن عامر بن سعد بن أبى وقاص عن ابيه انه سمعه يسأل أسامة بن زيد ماذا سمعت من رســـول الله صـــلى الله عليه وسلم فى الطاعون فقال أسامة : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (الطاعون رجز أرسل على طائفة من بنى اسرائيل . وعلى من كان قبلكم فاذا سمعتم به فى ارض فلا تدخلوا عليه واذا وقع بأرض انتم بهـــا فلا تخرجوا منها فرارا) هذا هو الحجر الصحى بأسمى معانيه وهذا من الوقاية لانها الأساس الأول فى الصـــحة والعافية .

والنبى صلى الله عليه وسلم نهى عن الدخول الى الأرض التى بها الطاعون حتى لا يتعرض الأصحاء للبلاء ونهى عن الخروج حتى لا يكون الخارج من أرض البلاء محملا بالعدوى فينقلها بدوره الى الأصحاء وهذا من كمال التحرز ومن باب العناية بالأفراد والمجتمعات . وهذا ما يسمى الآن بالكردون الصحى لمحاصرة المرض والقضاء عليه بأيسر الطرق وأسهلها .

وما جاء فى الصحيح من ان عمر بن الخطاب رضى الله عنه خرج الى بلاد الشام حتى اذا كان بسرغ لقيه ابو عبيدة بن الجراح واصحابه فاخبروه ان الوباء قد وقع بالشام ثم اختلفوا هل يرجع عمر أم يستمر فى السير فقال عمر لابن عباس ادع المهاجرين الأولين. قال فدعوتهم . فاستشارهم عمر واخبرهم أن الوباء قد وقع فى الشام فاختلفوا فقال بعضهم خرجت لأمر فلا نرى ان ترجع عنه وقال الآخرون معك بقية الناس واصحاب رسول الله صلى الله عليه وسلم فلا نرى ان تقدمهم على هذا الوباء . فقال عمر ارتفعوا عنى ثم قال ادع لى الأنصار فدعوتهم له فاستشارهم . فسلكوا سبيل المهاجرين واختلفوا كاختلافهم فقال : ارتفعوا عنى ثم قال : ادع لى من ها هنا من مشيخة قريش من مهاجرة الفتح فدعوتهم له فلم يختلف عليه منهم رجلان قالوا نرى ان ترجع بالناس ولا تقدمهم على هذا الوباء . فأذن عمر فى الناس انى مصبح على ظهر فأصبحوا عليه . فقال ابو عبيدة الجراح يا امير المؤمنين افرارا من قدر الله تعالى ؟ قال : لو غيرك قالها يا ابا عبيدة ؟! نعم نفر من قدر الله تعالى الى قدر الله تعالى .

ارايت لو كان لك ابل فهبطت واديا له عدوتان احداهما خصبة والاخرى جدبة . الست ان رعيتها الخصبة رعيتها بقدر الله تعالى؟ وان رعيتها الجدبة رعيتها بقدر الله تعالى : قال : فجاء عبد الرحمن

ابن عوف وكان متغيبا فى بعض حاجاته : فقال ان عندى فى هذا علما : سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول : اذا كان بأرض وانتم بها فلا تخرجوا فرارا منه . واذا سمعتم به بأرض فلا تقدموا عليها : هذا هو فهم الصحابة لتوجيه النبى صلى الله عليه وسلم حفاظا على الصحة ليتمكن الانسان من ممارسة شعائره الدينية والسعى على المعيشة والطاعون من حيث اللغة نوع من الوباء تنتشر عدواه من المريض الى السليم قال صاحب الصحاح : هو عند اهل الطب ورم ردىء قتال يخرج معه تلهب شديد مؤلم جدا يتجاوز المقدار قال الأطباء الطاعون سببه دم ردىء مائل الى العفونة والفساد وربما رشح دما وصديدا يؤدى الى القلب كيفية رديئة فيحدث القيىء والغليان والغشى وتجيىء عدواه عن طريق البراغيث المحملة بالميكروب من الفئران وغالبا ما يلدغ البرغوث الساق ثم الزراع ثم الوجه وهذا يفسر وجود الطاعون الدملى فى الأوردة او تحت الابط او الرقبة .

روى الامام احمد عن عائشة رضى الله عنها انها قالت للنبى صلى الله عليه وسلم: الطعن قد عرفناه فما الطاعون قال: غدة كغدة البعير يخرج فى المراق والأبط . ان الذى يتأمل فى كل ذلك يلحظ حرص الاسلام على سلامة الانسان واسباغ نعمة العافية عليه حتى يعيش سعيدا فى حياته هنيئا فى دنياه . لقد عرف المجتمع الحديث انماطا من الأمراض لم تكن معروفة فى صدر الاسلام الأول . الا انه من رحمة الله وفضله ان علماء الأصول الذين فهموا القرآن وسنة نبى الاسلام فجعلوا القياس اصلا من اصول التشريع ومصدرا من مصادره ، لذلك يقاس كل مرض معد على مرض الطاعون وما رسمه نبى الاسلام فى حصار المرض واقامة الحجر الصحى على المرض يستتبع كذلك فيما شابهه من مرض :

فمرض الكوليرا والتيفود وكل ما من شأنه ان يكون مؤلما للانسان ومعديا للغير يراعى فيه الحجر الصحى .

ان النبى صلى الله عليه وسلم مع هـــذا الارشاد العظيم كان يأخذ فى الاحتياط دائما ويقول : (**فر من المجذوم كما تفر من الاسد(١)**) ويقول : **لا يوردن ممرض على صحيح(٢)**) **والممرض** هو الذى يحمل عدوى مرض ينتشر منه بالمس أو عن طريق الهواء كالانفلونزا لذلك صح أن رســـول الله طلق امرأة تزوجها حيث وجد بكشحها بياضا أى برصا ، هـــذا وقد وردت بعض أحاديث ظن بعض الناس أنها تعارض ما ذكرنا من احاديث منها ما روى عن النبى عليه الصلاة والسلام (**لا عدوى ولا طيرة (٣)**) وروى كذلك ان نبى الله اخذ بيد رجل مجذوم فادخلها فى القصعة وقال له قل بسم الله ثقة بالله وتوكلا عليه لكن بعد التأمل يزول ما يظن من تعارض ، فالأمر بالفرار من المجذوم ومجانبته شىء طبيعى اخذا بالأسباب العادية التى تعارف عليهـــا الناس . وما جاء فى بعض الروايات من انه لا عدوى ، فالبيان أن العدوى لاتحدث من مجرد المخالطة، بل بأمر الله ومشيئته ولو كانت المخالطة لأمر هام ولمصلحة راجحة فلا بأس، ولكن مع الحيطة والحذر وتقدر الضرورة بقدرها وبهذا يتضـــح ان المخالطة الدائمة أو التى لا ضرورة لها منهى عنها حماية للصحة العامة الانسانية يقول تعالى : « **ياأيها الذين آمنوا خذوا حذركم(٤)** » .

---

(١) كشف الخفاء للعجلونى جـ ١ ص ١١١ ط التراث الاسلامى

(٢) اللؤلؤ والمرجان فيما اتفق عليه الشيخان جـ ٣ ص ٩١ ط. عيسى البابى الحلبى ١٣٦٨ هـ — ١٩٤٩ م

(٣) اللؤلؤ والمرجان فيما اتفق عليه الشيخان جـ ٣ ص ٩٢ ط عيسى البابى الحلبى سنة ١٣٦٨ هـ — ١٩٤٩ م

(٤) النساء ٧١

الرياضة :

الاســـلام دين يربى اتباعه على أن يملأوا اوقـــات حياتهم بــكل نافع ومفيــد لذلك وزع الصــلوات المــكتوبة على ساعات الليـــل والنهـــار تقـــوى المســـلم اذ ضـــعف وتطهـــره من الذنوب اذا أخطأ وتطرد عنه الهواجس الخبيثة، وبين الحين والحين تأتينا مناسبات عظيمة تشد انتباهنا وتدفعنا الى الحركة الدائبة وتجدد الخلايا وتنشطها وتحييها ،فيوم الجمعة والعيدين والحج وفى كل مناسبة نسرع الخطى لنلتقى على موائد الفكر النظيف والخلق الطاهر تقوية للروابط ، وبذلك تدب الحركة فى المجتمع وتنشط فيه العقول والأجسام لذلك دعانا الاســـلام الى الرياضة لأنها عماد الصحة وركن النشاط الهام ، بها تقوى البنية وينشط العقل ويكثر العطاء وهى نافعة ، ففى بدء الطفولة وان جاءت فى هذه المرحلة فى صورة حركات غير مقصودة ثم تنمو فى مرحلة تالية فتكسب الطفل نشاطا بدنيا يساعد على تقوية عضلاته ونمو جسمه ، أما فى مرحلة البلوغ فهو ضرورى جدا لاستنفاذ طاقة الشباب وحيويتهم وتوجيهها الى الأمثل والمفيد حتى لا يصرف تلك الطاقة فيما يسيء اليه والى مجتمعه ، والشباب فى تلك المرحلة يحتاجون الى توافر عوامل ثلاثة :

١ — غذاء صحيح كاف .

٢ — هواء نقى .

٣ — معيشة منسقة منظمة يسودها روح الانسجام العائلى وود فى الأسرة .

وبهذه الأسس يسعد الشبان ويشعرون بحياتهم الطيبة التى تكتنفها الصحة العامة والنشاط الدائم وجو الانسجام الأسرى .

ان الرياضة تعلم الانسان الجراة والاقدام والشجاعةوالعفة . وقد ثبت ان للرياضة اثرا فى العقل ،فهى تحافظ على سلامته كما انها تنمى فيه الملكات العقلية يقول روسو : أن التفكير الصحيح يتطلب رياضة الأطراف والحواس والاعضاء التى تعد بحق وسائل تنمية الذكاء والعقل وكذا يقول الأقدمون « العقل السـليم فى الجسم السليم » وقد ثبت أن الرياضة تهذب حال الوظائف الغريزية وتنمى المواهب العقلية وتكسب الانسان صفات ادبية وتحفظ جمال جسمه وتخلصه من التشوهات وتنجيه من شر كثير من الأمراض وتقيه من الاصابة بكثير من العلل . لذلك اهتم الاسـلام بها لأنه يدعو الى اصلاح الجسم والعقل وقد شرع الصلاة التى هى رياضة مفروضة وفيها من الحركات الرياضية التى تجعل اكثر عضلات الجسم تتحرك واكثر مفاصله كذلك .

والانسان لا تكتمل صحته الا اذا كملت صفاته العقلية وحسنت اعماله البدنية . لذلك نرى أن الصـلاة ضرورية جدا فى الحياة وواسطة حسنة لتمام الصحة . .

ثم نلحظ ان الحج عبادة مالية بدنية وفيه من الحركات ما يدل على اهتمام الاسلام بالرياضة التى هى حركة دائمة والصيام كذلك هو امتناع عن الطعام والشراب لفترة زمنية تتخلص فيها الأمعاء من الفضلات ثم الجهاد فى سبيل الله وهو كر .. وفر واقبال وادبار ولا يقوى عليه الا الأقوياء .

واذا كان الاسـلام قد شرع كل ذلك فانه بين للمسلمين أن الانسان عليه أن يسعى ويتحرك حتى تتجدد خلاياه ويحفظ صحته التى هى راس ماله فى الوجود .

اهم انواع الرياضة :

المشى وهو احـد وسـائل التنقـل بالجسـم وبخطـوات متتابعـة ويعد من افضـل الرياضات وابسـطها — ولقد جاء فى وصف مشى الرسـول صـلى الله عليه وسلم انه كان أسرع الناس مشية يقول ابو هريرة انه ما رأيت احدا اسرع فى مشيته من رسول الله صـلى الله عليه وسلم كأنما الارض تطوى له وانا لنجهد انفسنا وانه لغير مكترث . ويقول : « **اذا مشى تقلع(١)** » والتقلع الارتفاع عن الأرض بجملته وهى مشية اولى العزم . هذا ويرجح علماء الرياضة المشى فى الصيف صـباحا واما فى الشتاء فالسير جائز فى اى ساعة .

المصارعة :

وهى رياضـة قديمـة عرفها العـرب قبل الاسلام ولا يزال لها شـأن عنـد أكثر الأمم اليـوم وقد ثبت أن النبى صـلى الله عليه وسلم وهو بمكة صارع رجـلا يقال له ركانة بن عبد يزيد وقد أسلم هذا الرجل عام الفتح .

ذكر ابن اسحاق فى سيرته انه كان بمكة رجل شديد القوة وكان الناس يأتونه من البـلاد لمصارعته فكان يصرعهم . وقد كان رسول الله صـلى الله عليه وسلم بالبطحاء يوما فأتاه ركانة فقال يا محمد : هل لك ان تصارعنى؟ فقال ماسبقتنى؟ فقال شاة من غنمى فصارعه فصرعه فأخذ النبى شاة .

قال ركانة هل لك فى العودة ؟ قال ما سبقتنى ؟ قال أخرى ، ذكر ذلك مرارا .

---

(١) الطبرانى بلفظ اقلع بسند ضعيف

فقال : يامحمد والله ما وضع احد جنبى الى الأرض .. وكان ركانة هـــذا قويا جسيما معروفا بالقـــوة فى المصارعة بحيث لم يصرعه احد ولم يمس جلده الأرض مغلوبا .

قال ابن القيم الجوزية فى كتاب الفروسية أن ركانة بعد أن صرعه النبى صلى الله عليه وسلم قال : ماذا أقول لأهل الغنم شاة اكلها الذئب وشاة تشرب فقال النبى صلى الله عليه وسلم . ما كنا لنجمع عليك . نصرعك ونغرمك . خذ غنمك . كما ان النبى صلى الله عليه وسلم صارع شخصا آخر يقال له أبو الأســـود الجمحى وكان قويا شديدا بلغ من شدته انه كان يقف على جلد البقرة ويتجاذب أطرافه عشرة لينزعوا من تحت قدميه فيتفرك الجلد ويتقطع ولا يتزحزح هو . فدعا المصطفى صلى الله عليه وسلم لمصارعته وقال : ان صارعتنى آمنت بك . فصرعه النبى صلى الله عليه وسلم .

كما اجاز النبى صلى الله عليه وسلم لرافع بن خديج وسمرة ابن جندب ان يتصارعا وقد غلب سمرة رافعـــا . وتذكر كتب التاريخ ان النبى صلى الله عليه وسلم شاهد ذلك وتبين من هذا ان علينا نحن أنَ نتدرب على تلك المصارعة واذا لم يمكن للكل فلابد لفريق أن يتدرب عليها ليقوموا بحماية المجتمع وتأديب المعتدين. والذى يمارس تلك الرياضة تظهر عليه مخايل الصحـــة ويتمتع بالعافية البدنية .

الســـباحة :

وهى رياضة قديمة تدرب الانسان عليها من القدم لأنها من جملة وسائل الدفاع عن النفس وانقاذ الآخرين . ولقـــد كان الرومانيون قديما يحتقرون من لا يحسن الكتابة والسباحة. ولما جاء

الاسلام بتعاليمه ومنها استعمال الوضوء فى اليــوم خمس مرات حبب السباحة الى العرب لأنهم يعيشون على الكرة الأرضــية وثلاثة أرباعها ماء وهناك خطر دائم على حياة الانســـان اذا لم يتعلم السباحة والعوم وفى هذا جاء قول الرسول عليه الصـــلاة والسلام :

(كل شيء ليس من ذكر الله فهو لهو او سهو الا اربعة خصال: مشى الرجل بين الغرضين — أى الجرى — وتاديبه فرسه — وملاعبة اهله — وتعليمه السباحة(1)) .

وكتب عمر بن الخطاب الى الولاة : اما بعد :

فعلموا أولادكم السباحة والرماية وركوب الخيل .

ويقول الامام على كرم الله وجهه : من تمام ما يجب للأبناء على الآباء تعليم الكتابة والحساب والســـباحة . ويقول : من خط وعام فنعم الغلام .

ويقول الحجاج لمعلم اولاده : علمهم الســـباحة قبـــل ان تعلمهم الكتابة فانهم يجدون من يكتب عنهم ولا يجدون من يسبح عنهم . ان ذلك يدعونا الى ان نفكر فى العمل على تطهير الأنهار والترع فى الأرياف لأنها الأماكن التى يتعلم فيها أطفالنا هذه الرياضة المحببة الى النفس ، وفى نفس الوقت علينا أن نحميهم من الأمراض التى تنتشر فى تلك الترع والأنهار خاصة البلهارسيا لأنها من اخطر المشاكل الصحية . والذى يصاب بها لا يقدر على الانتاج بكفاءة ولا يستطيع مواصلة العمل . أضف الى ذلك الاصابة بالانكلستوما. والاصابة بهذين الوبائين أو أحدهما ناتج عن تلوث الترع والأنهار

---

(1) فيض القدير للعلامة المناوى جـ ٥ ص ٢٣ ط. الاولى .

من خلال ما يلقى فيها من فضلات المنازل ، وكل ما شـأنه يولد الميكروبات وينشر الناموس والباعوض ويكون موطنا للذباب وهذه الأشياء تسبب الاصابة بالملاريا علاوة على ما ذكر .

والاسلام الذى يأمرنا بنظافة البيئة يقصد الحفاظ على صحتنا التى هى من أجل النعم التى وهبها الله لنا .

اللعب بالكرة :

القرآن الكريم أشار فى قصة سيدنا يوسف الى حديث أخوته وقد دخلوا على ابيهم يقولون له أرسل معنا يوسف يرتع ويلعب **« ارسله معنا غدا يرتع ويلعب وانا له لحافظون(١) »** .

ولقد كان النبى صلى الله عليه وسلم يسابق الصبية فيجرون معه وكان اذا لقى صبيا فى الطريق يركبه ناقته ولايزال يداعبه حتى يدخل السرور على قلبه ... ونلحظ من الآية الكريمة ان الأطفال يحبون اللعب حتى تذهب آثار الملل والتعب . ثم ان التصابى مع الصغار ذو أثر طيب فى جسم الأب وعقله لا يقل عن أثره فى ولده فمن منا لا يحن الى طفولته . الى عهدها البرىء الوديع البعيد عن كل مسئولية . ان القرب من الأطفال يعيـد ذكرى ذلك العيش السعيد ويفيد الآباء فى أجسامهم وانفسـهم ويوصلهم الى قلوب ابنائهم بلطف ودعه ويجعل بينهم بهجة وانشراحا تتذوق فيها النفوس معانى السعادة وآثار الغبطـة وينسى الشـخص همـوم الحياة ومتاعبها ، ذلك لأن الطفل نسخة منا . وهو أثرنا الحى على وجه الأرض . ولهذا جاء فى شأن صحابة رسول الله صلى الله عليه وسلم انهم كانوا يلعبون فى أوقات الراحة والسلم استعدادا للدفاع عن النفس اذا دارت رحى الحرب .

---

(١) يوسف ١٢

فالألعاب ما هي الا مدرسة تعلم الثقة وتدعو الى الانتباه والدقة والنظام تتنوع فيها الحركات وتختلف الأوضاع وتتناسق وظائف الحس العضلي وتقوي أعضاء الحواس وتنشط جميع أعضاء الجسم دون استثناء . ولكل بيئة لعبة أو العاب طبقا لسن من يمارس هذه اللعبة والزمان ومن اللعبات المفضلة فى هذه الأيام (كرة السلة — الطاولة — كرة القدم — الهكى — التنس — التجديف — ركوب الدراجات — الجرى — رفع الأثقال — الملاكمة — ومصارعة الثيران) فى بعض البلاد) .

كل هذه الألعاب وغيرها كثير تنظم المبادلات الغذائية فى الانسان وتجعلها طبيعية وتحول الرياضة دون السمنة وتنشط الغدد الصماء الخاملة وتنشط امتصاص الماء وطرحه وتساعد على مكافحة الاضطرابات الهضمية الناتجة من الوهن الحشوى والهبوط المعوى والاحتقان الكبدى .

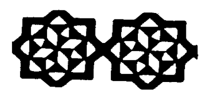
ان كل انسان يحتاج الى الرياضة لتقوية العضلات ونضرة لوجهه فيجدد فى ذلك شباب قلبه ، وعلى القلب يقاس الدماغ وباقى أجزاء الجسم . اما من ترك الرياضة ولم يحافظ على الصلاة فان الشيخوخة المبكرة تهاجمه ويعيش ضعيفا خائر القوى وتنحنى قامته وتصبح أعضاؤه كسلى . ولذا قال القائل :

تقوس بعد طول العمر ظهرى   وداستنى الليالى اى دوسى
فامشى والعصا تمشى امامى   كأن قوامها وتر لقوسى

لهذا علينا ان نهتم بالرياضة ولنعلم بأن اللعب يبرز أخلاق اللاعب لأن الرياضة أدب واخلاق وذوق وتعاون ، كما انها تلين للمفاصل وتحريك للعضلات يقول القائل :

اذا انتقاطعت الرياضة لم تزل معنن بداء همه غير منجل
خذ الشمس واترك بنسلين وشانه فآدم في الجنات لم يتبنسل

ان الرياضة لها حسنات متعددة ولكن نركز على ثلاثة اشياء يستفيد منها الانسان ، الحركة ـ الهواء ـ الضياء .. وهذه تبعد عنه فقر الدم والضعف والأرهاق العقلى وتخفف الرياضة كذلك الآلام العصبية وآلام الراس فمن ترك الرياضة واصيب بشىء من ذلك فلا يلومن الا نفسه .



هدى الرسول صلى الله عليه وسلم في الرياضة

الذى يتأمل هدى نبى الله صلى الله عليه وسلم يجد انه افضل هدى ، تحفظ به الصحة فهو يتسم بالاعتدال فى كل شىء ، وبالواقعية فى كل أمر ، والتوازن كذلك واعطاء كل عضو حقه سمة بارزة فى هذا الهدى القويم ، وحفظ الصحة يتوقف على حسن تدبير المأكل والمشرب والملبس والمسكن وتجديد الهواء والراحة فى النوم واليقظة والحركة والسكون والمنكح والاستفراغ، ان تم كل ذلك للانسان على الوجه المعتدل السوى النظيف الموافق للفطرة البشرية كان اقرب الى دوام الصحة وتمام العافية ، ولا ريب ان البدن وعضلاته دائما فى التحلل والاستخلاف وقد ارشد الحق عباده ان يعوضوا جسمهم ما استهلكه من طعام وشراب وان يكون ذلك بمقدار ما يحتاجه البدن بلا تفريط أو افراط قال سبحانه وتعالى : « وكلوا واشربوا ولا تسرفوا(١) » . فهو جل جلاله ارشد الانسانية الى ما فيه صلاحها وسعادتها فشرع للانسان العبادات وجعلها تشمل الكثير من الحركات الرياضية اللازمة لبناء عضلات الجسم وجعلها اكثر قدرة على الحركة والعمل والنتاج اذ بقوة الجسم يقوى العقل ، والمسلم

(١) الأعراف ٣١

كذلك مطالب ان يكون قوى الجسد لانه صاحب رسالة كبرى تعم الزمان كله والأرض بأسرها وقد يستنفر يوما للدفاع عن رسالته تلك ويجاهد فى سبيل ربه العلى الاعلى والاسلام بتعاليمه المختلفة يعد المسلم هذا الاعداد القائم على قوة الجسم والعقل والروح جميعا يقول عمر بن الخطاب رضى الله عنه (علموا أولادكم العوم والرماية ومروهم فليثبوا على الخيل وثبا) .

ان الاسلام يربى اتباعه على الرجولة الكاملة التى تتسم بقوة العقيدة وقوة الجسم لذلك ضرب القرآن الكريم لنا أمثلة ونماذج من الشخصيات التى اسهمت فى رقى الحضارة على أسس من قوة العقيدة وقوة البدن كما هو الحال مع ذى القرنين : عندما قال له الناس (**ان ياجوج وماجوج مفسدون فى الأرض فهل نجعل لك خرجا على ان تجعل بيننا وبينهم سدا ، قال : ما مكنى فيه ربى خير فاعينونى بقوة**(١)) فجعل القوة هى الأساس الأول لسد الباب امام الظالمين ومن المعلوم ان الأمم تنهض على أكتاف أبنائها الأقوياء الذين يؤمنون بقضية تطور المجتمع وصولا الى تحقيق الكفاية والعدل فى ظل الايمان بالله ورسله ويجمعون فى نشاطهم بين النظرية والتطبيق والفكر والعمل .

والقرآن الكريم وهو يستعرض بين اعيننا نماذج طيبة يدعونا الى ان نتمسك بأعمالهم وأن نسير على نهجهم « **اولئك الذين هدى الله فبهداهم اقتده**(٢) » وابراهيم عليه السلام عندما حطم الأصنام التى تعبد من دون الله قال عنه الناس : « **سمعنا فتى يذكرهم يقال له ابراهيم** »(٣) ، وموسى عليه السلام عندما ورد ماء مدين

(١) الكهف ٩٤ ، ٩٥
(٢) الأنعام ٩٠
(٣) الأنبياء ٦٠

« وجد عليه امة من الناس يسقون ، ووجد من دونهم امراتين تذودان قال ما خطبكما ؟ قالتا لا نسقى حتى يصــدر الرعاء وابونا شيخ كبير فسقى لهما ثم تولى الى الظل فقال رب انى لما انزلت الى من خير فقير فجاءته احداهما تمشى على استحياء قالت ان ابى يدعوك ليجزيك اجر ما سقيت لنا فلما جاءه وقص عليه القصص قال لا تخف نجوت من القوم الظالمين . قالت احداهما يا ابت استاجره ان خير من استاجرت القوى الامين(١) » فكانت القوة والأمانة هما اللذان يرشحانه الى دخول بيت الرجل الصالح والزواج باحدى بناته .

ان الاســـلام دائما يحث اتباعه ليكونوا على اهبة الاستعداد واعداد العدة والقوة لأن كل ذلك سبب فى رقى الأمة . وسيادتها ورهبة عدوها منها يقول الله تعالى : **« واعدو لهم ما استطعتم من قوة ومن رباط الخيل ترهبون به عدو الله وعدوكم(٢) »** لذلك حث الاسلام على الرياضة وتعلمها سواء كانت فى :

(أ) المشى والجرى .

(ب) السباحة والعــوم .

(جـ) حمل الأثقال ولعب الكرة . وكل ما من شأنه ان يقوى العضلات بطريقة علمية صحيحة .

روى موسى بن الأكوع قال : مر النبى صـــلى الله عليه وسلم على قوم ينتضلون فقال : (ارموا بنى اسماعيل فان اباكم كان راميا ارموا وانا مع بنى فلان : فأمسك احد الفريقين بأيديهم فقال

---

(١) القصص ٢٣ — ٢٤ — ٢٥
(٢) الأنفال ٦٠

لهم رسول الله صـــلى الله عليه وسلم ما لكم لا ترمون ؟ قالوا : كيف نرمى وانت معهم ؟ قال : ارموا وانا معكم جميعا)(١) رواه البخارى كما صح أن النبى صلى الله عليه وسلم كان يســـابق السيدة عائشة فسبقها مرة وسبقته اخرى وقال : هذه بتلك .

والاســـلام دين يربى اتباعه على القوة فيجاهدوا فى سبيل الله ولعل فى غزوات رسول الله صـــلى الله عليه وسلم وسراياه ما يؤيد ذلك فعن رســـول الله صـــلى الله عليه وســـلم قوله : تضمن الله لمن خرج فى سبيله لا يخرجه الا جهادا فى سبيلى وايمانا بى وتصديقا برسلى فهو على ضامن أن ادخله الجنة او أرجعه الى مسكنه الذى خرج منه نائلا ما نال من اجر او غنيمة رواه مسلم(٢) .

والاسلام يحث اتباعه على العمل الـــذى يحتاج الى مكابدة ومشقة لأن الشخص اما ان يكون زارعا او صانعا او عاملا او تاجرا وكل حركة فى سبيل الســـعى على المعاش لها أجر وثواب عند الله لقد مر رجل على رســـول الله صـــلى الله عليه وسلم فراى اصحاب رســـول الله صـــلى الله عليه وســـلم من جلده ونشاطه فقالوا يا رســـول الله لو كان هـــذا فى سبيل الله فقال الرسول صـــلى الله عليه وســـلم ان كان خرج يسعى على ولده صغارا فهو فى ســـبيل الله وان كان خرج يســـعى على أبوين شيخين كبيرين فهو فى سبيل الله وان كان خرج يسعى على نفسه فيعفها فهو فى سبيل الله وان كان خرج يسعى رياء ومفاخرة فهو فى سبيل الشيطان(٣) .

---

(١) فتح البارى شرح صحيح البخارى جـ ٧ ص ٢٤٤ ط عيسى البابى الحلبى

(٢) صحيح مسلم شرح النووى جـ ١٣ ص ١٩ — ٢٠ ط حجازى سنة ١٣٧٨ هـ — ١٩٥٩ م

(٣) رواه الطبرانى

كما أن الاســـلام حث اتباعه على السياحة : « **سافروا واغتنموا** » والانتقال فى الأرض والتعرف على آثار السابقين لأخذ العظة والاعتبار : ولعل أكثر سياحة دعانا اليها الاسلام (**الحج**) وفيه الطواف والســـعى ورمى الجمرات والنـــوم فى منى والوقوف على عرفات . ومن الملاحظ أن الحج يأتى فى الفصـــول الأربعة الصيف والشتاء والخريف والربيع وفيه يتجرد الانسان من ملابسه وعنصر الصـــحة والعافية أساس التحمل والقدرة على الأداء . ونختم هـــذا الباب بالاشـــارة الى « الصلاة » ونحن لا نستطيع أن نستوعب فوائدها الصـــحية . ولكن يكفى ان نقول : رغم انها صلة بالله وطهـــارة للقلب ووقاية للانسان من الانزلاق فى مهاوى الخطيئة والرذيلة فهى كذلك تمارين رياضية يؤديها المســـلم وتتحرك اعضاؤه . وتتجدد خـــلايا الدورة الدموية فى جسده كله : والصلاة تقوى العمود الفقرى وجميع المفاصل . فما أعظم نعم الله علينا الذى شرع لنا من الدين ما فيه خير لنا وصـــلاح لأبداننا .

ان الاســـلام وهو يطالب اتباعه أن يتدربوا على الرياضة البدنية يرشدهم الى ان ينظموا حياتهم حتى لا يطغى شىء على شىء.

وقد حدد الاسلام أوقات الصلاة كتنظيم لوقت الانسان وهى كذلك تدريب جماعى وقيادى وعـــدم الخروج على رأى الجماعة وتلك كلها مقومات المجتمع الراقى المتحضر والانسان عليه ان يغتنم فراغه قبل شـــغله لينتفع بكل دقيقة فى حياته فيما يعود عليه بالخير قال رســـول الله صـــلى الله عليه وسلم اغتنم خمسا قبل خمس : حياتك قبل موتك وصحتك قبل سقمك وفراغك قبل شغلك وشبابك قبل هرمك وغناك قبل فقرك رواه احمد . والصحة تاج على رؤوس الأصحاء فمن أولى حظا(١) منها فليشكر الله وليكن

(١) جامع الاحاديث للسيوطى جـ ١ ص ٦٦٣

فى خدمة اخوانه ولا يؤذى غيره وان يوجه طاقته الى كل عمل بناء . روى البخارى فى صحيحه عن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال (**نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس : الصحة والفراغ**[1]) كما روى الترمذى أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال (من أصبح معافى فى جسده آمنا فى سربه عنده قوت يومه فكانما حيزت له الدنيا[2]) وروى الامام احمد فى مسنده أن النبى صلى الله عليه وسلم قال للعباس (**يا عباس يا عم رسول الله سل الله العافية فى الدنيا والآخرة**) ويقول ابو بكر الصديق رضى الله عنه سلوا الله اليقين والمعافاة فما أوتى احد بعد اليقين خيرا من العافية فجمع بين عافيتى الدنيا والدين ولا يتم صـــلاح العبد فى الدارين الا بالعافية واليقين : فالعافية تدفع عن الجسد الأمراض واليقين يدفع عن الانسان شك القلوب . ومرض النفوس وعذاب الآخرة .

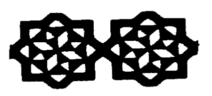
وهذا التوجيه يعطينا الصورة الكاملة أن نبى الاسلام حث اتباع دينه ومعتنقى مبادىء رسالته ان يعملوا على حفظ صحة ابدانهم وقوة عافيتهم وغاية الانسان من ذلك حراسة البدن ليظل قويا يؤدى الواجبات التى كلفه بها الاســــلام والصحة من أجل نعم الله على عباده وأجزل عطاياه لهم وأوفر منحة منحها لهم فجدير بمن رزق حظها أن يقـــوم على رعايتها وحفظها وحمايتها مما يكون سببا فى اتلافها . فقد قال بعض السلف فى قوله تعالى :((**ثم لتسألن يومئذ عن النعيم**[3])) . انها الصـــحة وليس من العقل أن يهمل الانسان فى صحته : بل عليه ان يحافظ عليها ويقويها بالرياضة البدنية التى تتفق مع ظروفه الاجتماعية وطبيعة عمله ليحيا فى دنياه سعيدا .

---

(1) فتح البارى شرح صحيح البخارى ج ١٤ ص ٤٠٢ ط عيسى البابى الحلبى
(2) سنن الترمذى ج ٤ ص ٥ ط المدنى
(3) التكاثر — ٨

لقد اهتم الاســـلام بتربية المسلم تربية رياضية حتى يكون قويا متحملا اعباء الحياة . وفى ســـبيل هـــذا كان الرسول صلى الله عليه وسلم يشجع على كل عمل فى هـــذا المجال فقد روى انس رضى الله عنه قال : لمـــا قدم رســـول الله صـــلى الله عليه وسلم المدينة لعبت الحبشة بحرابهم فرحا بقدومه كما صح ان رسول الله صلى الله عليه وسلم صارع ركانة بن عبد يزيد فصرعه عليه الصـــلاة والســـلام مرتين وكان ركانة : من اشـــد قريش.

من اجل كل هـــذا رغب الاســـلام فى صنع ادوات القتال لانه نوع من الرياضة كذلك اخبـــر الرســـول صـــلى الله عليه وســـلم (**ان من علم الرمى ثم تركه فقد عصى**(١)) . والمســـلم عندما يتدرب على الوان الرياضة ليزداد قـــوة قانه عليه ان يستعمل قوته مع اعداء الله واعداء الوطن اما مع اخوانه المسلمين فعليه ان يتصف بالرحمة والحلم وســـعة الصـــدر يقـــول الله تعالى : « **محمد رسول الله والذين معه اشداء على الكفار رحماء بينهم تراهم ركعا سجدا يبتغون فضلا من الله ورضوانا**(٢) » وكما جاء فى قول الرسول عليه الســـلام (**ليس الشديد بالصرعة انما الشديد من يملك نفسه عند الغضب**(٣)) .



(١) رواه مسلم بلفظ من تعلم صحيح مسلم مشكول ج ٦ ص ٥٢ طعلى صبيح
(٢) الفتح الآية ٢٩
(٣) متفق عليه جامع الاحاديث للسيوطى ج ٥ ص ٤٤٧

النوم

ان الله سبحانه وتعالى قد وهبنا العقل لنفكر به . ونصل بهذا التفكير الى كل شيء يجلب لنا السعادة ويزيد فى بهجتنا ويمتعنا بالصحة ويكون سببا فى استقرارنا وراحة بالنا .

وما مر بنا من نظافة البيئة والرياضة يستتبع ذلك « النوم » ففى المناخ الطيب والجو النظيف الذى يتضوع بالرائحة الطيبة وبعد الرياضة التى تتعب البدن ويحتاج الانسان الى فترة استرخاء يستجمع فيها هواه ويسترجع بعدها نشاطه . ومن رحمة الله ولطفه انه جعل الليل لباسا والنهار معاشا وجعل النوم من الأمن الذى يضفيه على الانسان كما فى قوله سبحانه **« اذ يغشيكم النعاس امنة منه(١) »** وقوله سبحانه : **« ثم انزل عليكم من بعد الغم امنة نعاسا(٢) »** .

والنوم مريح للقــوة النفسانية لان النائم فى حالة استرخاء فيستجمع صحته ويسترد عافيته والنائم بمنزلة الميت وهو فى حاجة الى من يحرس نفسه وبدنه من طوارق الآفات ولا يقدر على ذلك الا الله . وللنوم فائدتان جليلتان :

---

(١) الأنفال — ١١

(٢) آل عمران — ١٥٤

(ا) ان الجوارح تسكن فتشعر بالراحة بسبب ما تعرضت له بالنهار وبالتالى تستريح الحواس من نصـــب اليقظة ويذهب الاعياء والتعب .

(ب) وفى حالة النـــوم يتم هضـــم الطعام . ونضج الاخلاط لأن الحرارة الغريزية فى وقت النـــوم تفور الى باطن البدن فتعين على الهضـــم والنضج ولهذا يشـــعر الانسان بالبرد ويحتاج الى غطاء . والنوم فى أول الليل انفع للجسم واصح للعافية . لقول الله تعالى : « **وجعلنا نومكم سباتا : وجعلنا الليل لباسا : وجعلنا النهار معاشا**(١) » لأن هـــذا الوقت هو المحدد للنـــوم . وانفع النوم : أن ينام الشخص على جنبه الأيمن ليستقر الطعام بهذه الهيئة فى المعدة استقرارا حسنا . ثم يميل على الجانب الأيسر ليسرع الهضم بذلك لاستمالة المعدة على الكبد ثم يستقر نومه على الجانب الأيمن ليكون الغذاء أسرع انحدارا عن المعدة ولا يضر القلب الذى فى الشق الأيسر . وأردا النـــوم ما كان على الظهر اللهم الا اذا كان الانسان فى حالة استرخاء ونـــوم النهار ردىء يورث الأمراض ويفسد اللون ويرخى العصب ويضعف الشهوة .

وأقبح النـــوم فى أول النهار وآخره (اللهم الا اذا كان عمله فى الليل فلابد له من الراحة) ففى مثل هـــذه الحالة نسأل الله السلامة والعافية .

ومن المعلوم ان اكثر شىء يضر الصحة السهر الدائم وعدم اخذ الجسم راحته فيصاب الانسان بالضعف والهزال فى البدن والعقل كما ذكر « ابو نعيم » أن النبى صـــلى الله عليه وسلم كان ينهى عن النـــوم على الأكل ويذكرانه يقسى القلب ولهذا يوصى الأطباء

(١) النبأ ٩/١١

لمن أراد حفظ صحته ان يمشى بعد العشاء ولو مائة خطوة ومن لم يستطع المشى فعليه ان يصــلى ولو متنفلا . قال بعض السلف : (من نام بعد العصر فاختلس عقله فلا يلومن الا نفسه) وقال الشاعر الا ان نومات الضحى تورث الفتى خبالا ونومات العصير جنون . والنــوم فى الشمس يثير الداء الدفين : واذا نام الانسان بعضه فىالشمس وبعضه فى الظل ،فذلك ردىء : فقد أخرج الحاكم من حديث ابى هريرة ان رســول الله صــلى الله عليه وسلم قال : **(اذا كان احدكم فى الشمس فقلص عنه الظل فصار بعضه فى الشمس وبعضه فى الظل فليقم)** واذا نام الانسان على وجهه فتلك اقبح النومات لانه خالف العادة الجيدة الى هيئة رديئة . جاء فى سنن ابن ماجة ان النبى صــلى الله عليه وسلم مر برجل نائم فى المسجد منبطح على وجهه فضربه برجله وقال : **(قم فانها نومة جهنمية)** ونوم الصبح يمنع الرزق لأن ذلك وقت يطلب الناس فيه ارزاقهم .

هذا أما النوم على الجانب الأيمن مبكر فى أول الليل والانسان على طهارة فان ملائكة الله تحيط به وعناية الله معه . وتلك أصح حالات النــوم لانها ممكنة للقــوى الطبيعية من افعالها مريحة للقوى النفسية . عندئذ : يمســك البدن عن الحركة وتسترخى الاعصاب ويستغرق الانسان فى نــوم طبيعى .

ولمــا كان النائم بمنزلة الميت : فالنوم اخ الموت . علم النبى صــلى الله عليه وسلم من يريد النــوم ان يقول كلمات التفويض ليستجلب بهــا كمال حفظ الله له وحراسته لنفسه وبدنه : وعلى من يريد النــوم أن يجعل كلمات التفويض آخر كلامه وهى كما فى الصحيحين عن البراء بن عازب أن رســول الله صــلى الله عليه وسلم قال : **(اذا اتيت مضجعك فتوضا وضوءك للصلاة ثم اضطجع**

على شقك الأيمن) ثم قل : اللهم انى اسلمت نفسى اليك ووجهت وجهى اليك وفوضت امرى اليك والجات ظهرى اليك رغبة ورهبة اليك لا منجى ولا ملجا الا اليك : آمنت بكتابك الذى انزلت ونبيك الذى أرسلت) واجعلهن آخر كلامك فان مت مت على الفطرة وهذا يدل على كمال العبودية لله رب العالمين(١) .

وفائدة الوضوء انه ازالة للأتربة التى علقت بأطراف الانسان كما انه منشط للدورة الدموية . وصدق رســـول الله صلى الله **عليه وسلم اذ يقول (طهروا هذه الأجساد طهركم الله فانه ليس عبد يبيت طاهرا الا بات معه ملك فى شعارة ولا ينقلب ساعة من الليل الا قال : اللهم اغفر لعبدك . فانه بات طاهرا) رواه الطبرانى عن ابن عمر رضى الله عنهما(٢) .**

ومن المعلوم طبيا أن افيد النـــوم ما كان فى حجرة تزورها الشمس ويتجدد هواؤها كذلك أن ينام الانسان وهو فى حالةطبيعية بحيث يكون هادىء النفس فلا هو حزين ولا هو منفعل ولا هو مضطرب خائف غير ممتلىء المعدة ولا خاويها . ومن هنا وجهنا رسول الله صـــلى الله عليه وســـلم أن نتوضأ وضوءنا للصلاة قبل النوم . لنسعد بنوم هنىء لا اضطراب فيه ولا ازعاج .

ومن المعلوم أن مرض القلق الـــذى يؤرق الانسان فى نومه ويفسد عليه راحته ناتج عن الاضطرابات النفسية الناشئة عن الخوف او الأفكار المتراكمة او امتلاء المعدة بالأخلاط او الجوع الشديد. والأرق لهعلاج فى الاسلام هو: ذكر اللهتعالى او القيامالى

---

(١) اللؤلؤ والمرجان فيما اتفق عليه الشيخان جـ ٣ ص ٢٩٧ ط عيسى البابى الحلبى سنة ١٣٦٨ هـ — ١٩٤٩ م

(٢) فيض القدير للعلامة المناوى جـ ٤ ص ٢٧١ ط مصطفى محمد

الوضوء والصلاة فان ركعتين فى جوف الليل خير من الدنيا وما فيها .
وقد علمنا رسول الله صلى الله عليه وسلم ما نقوله اذا اعترانا القلق (**اللهم رب السموات السبع وما اظللت ورب الأرضين وما اقللت كن لى جارا من شر خلقك أجمعين أن يفرط على أحد منهم او ان يطغى عز جارك وتبارك اسمك**) .

وهذا الدعاء أفيد للانسان من الحبوب المنومة او المخدرة لأنها تتلف البدن والعقل. أما ذكر الله فانه يطمئن القلب ويهدى النفس ويريح الاعصاب « **الا بذكر الله تطمئن القلوب** » (١) .



(١) الرعد — ٢٨

الطب العــلاجى

ان الاســلام وقد بين لنا بيانا وافيا : ان الوقاية خير من العلاج وقــد حثنا على ذلك وامرنا باشياء هى من صلب العبادة كالاغتسال والوضوء والسواك : الــذى هو مطهرة للفم مرضاة للرب وتقليم الأظافر وازالة الشــعر الذى ينبت تحت الأبط وفى مكان العفة من الانسان حتى لا تتراكم تحتها الأوساخ والجراثيم وجعل ذلك كله من العبادة وقــد بين ذلك وفصله سيدنا رسول الله صــلى الله عليه وسلم . هــذا وكما ان حفظ صحة الانسان تقوم على الطب الوقائى . هى كذلك تقوم على استفراغ المواد الفاسدة.

وقد أشار القرآن الكريم الى مرض الأبدان فقال سبحانه : **« ليس على الأعمى حرج ولا على الأعرج حرج ولا على المريض حرج**(١) **»** وقول الله تعالى على لســان نبيه ايوب عليه السلام حينما اصــابه المرض ونال منه **(انى مســنى الضر وانت ارحم الراحمين**(٢) ومن رحمــة الله ولطفه بالمريض انه اباح له الفطر فى شهر رمضان كما اباحه للمسافر الذى يشعر بالمشقة فقال تعالى: **« فمن كان منكم مريضا او على سفر فعدة من ايام اخر**(٣) **»** .

---

(١) النور — ٦١

(٢) الانبياء — ٨٣

(٣) البقرة — ١٨٤

وقد اباح الاسلام له ذلك حفظا لصحته كما اباح للمريض أن يحلق راسه فى الحج فقال سبحانه « **فمن كان منكم مريضا او به اذى من راسه ففدية من صيام او صدقة او نسك(١)** » كما انه اجاز للمريض ان يتيمم اذا كان صب الما يتعبه . فقال سبحانه : « **وان كنتم مرضى أو على سفر او جاء احد منكم من الغائط اولامستم النساء فلم تجدوا ماء فتيمموا صعيدا طيبا(٢)** » .

من كل هذا يتبين ان الطب العلاجى هو الذى يهتم بعلاج المريض سواء كان بدواء سائل او كبسول او حقن او جراحة او تحاليل او اشعة أو تمارين رياضية من انواع العلاج الطبيعى ويقصد بذلك شفاء المريض كليا او جزئيا وتحسين وضع المريض وايقاف تطور المرض ان لم يمكن استئصاله . والذى يشخص حالة المريض هو الطبيب الذى هو عالم بأجزاء الانسان والمتخصص فى دراسته والذى يصف من العلاج ما يحفظ صحة الانسان اذا كانت موجودة وردها اليه اذا كانت مفقودة والتغلب على المرض بالعلاج السريع والعمل على منع الميكروب من اقتحام جسم الانسان.



(١) البقرة ١٩٦
(٢) المائدة — ٦

الأمر بالتداوى

ولقد كان من هدى النبى صلى الله عليه وسلم التداوى فى نفسه والأمر به لمن أصابه مرض من أهله وأصحابه . فقد روى مسلم أن النبى صلى الله عليه وسلم قال (لكل داء دواء فاذا أصيب دواء الداء برأ باذن الله) .

وأخرج الترمذى قال أسامه بن شريك : أتيت النبى صلى الله عليه وسلم وأصحابه كأن على رؤوسهم الطير فسلمت ثم قعدت فجاء الأعراب من ها هنا وها هنا : فقالوا يا رسول الله أنتداوى؟ فقال : تداووا فان الله لم يضع داء الا وضع له دواء غير داء واحد هو : الهرم[1] « والمعمول عليه أن التداوى لا ينافى التوكل على الله كما لا ينافيه دفع الجوع والعطش والأكل والشرب وكذلك تجنب المهلكات لأن كل شيء بقضاء وقدر وعلينا أن نأخذ بالأسباب كما أمرنا لأنه من سار على الدرب وصل » .



(١) سنن أبى داود جـ ٢ ص ٣٣١ ط. مصطفى البابى الحلبى .

النهى عن التداوى بالمحرم

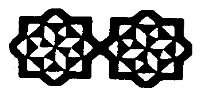
ولا يجوز التداوى الا بالطاهر الحلال لأن رسول الله صلى الله عليه وسلم نهى عن التداوى بالخبيث . كما اخرج ابو داود فى سننه عن أبى الدرداء ان النبى صلى الله عليه وسلم قال (ان الله انزل الداء والدواء وجعل لكل داء دواء فتداووا ولا تتداووا بالحرام) وجاء فى صحيح مسلم ان طارق بن سويد سأل النبى صلى الله عليه وسلم عن الخمر فنهاه ثم سأله فنهاه فقال له يا نبى الله انها دواء فقال النبى صلى الله عليه وسلم لا ولكنها داء . وفى رواية البخارى (ان الله لم يجعل شفاءكم فيما حرم عليكم[1]) فاذا اضطر الانسان الى تعاطى أى شىء من المحرمات فى دواء فيشترط أن يكون الذى يصف الدواء طبيب مسلم عادل لأن الله سبحانه وتعالى حرم الخمر وما شاكلها لخبث فيها ولأن ضررها أكثر من نفعها وان شرط الشفاء بالدواء أن يتعاطاه الانسان وهو يعتقد منفعته وما جعل الله فيه من بركة الشفاء وانفع الأشياء أبركها وللحالة النفسية تأثير فى سرعة الشفاء عند تعاطى الدواء والمسلم عندما يتعاطى المحرم عليه شرعا فان ذلك يحول بينه وبين اعتقاد بركته ومنفعته وعدم تقبل طبعه لذلك القبول

---

(١) سنن أبى داود جـ ٢ ص ٣٣٥ ط. مصطفى البابى الحلبى .

الكامل لأنه ينافى فطرته جاء فى صحيح مسلم عن طارق بن سويد الحضرمى قال (قلت يا رسول الله : ان بارضنا اعنابا نعتصرها فنشرب منها قال لا فراجعته قلت انا نستشفى للمريض قال : ان ذلك ليس بشفاء ولكنه داء[1]) واخرج ابو نعيم ان النبى صلى الله عليه وسلم قال (من تداوى بحرام لم يجعل الله فيه شفاء) .

وانفع دواء وانجحه هو التداوى بما بينه لنا رسول الله صلى الله عليه وسلم فيما رواه البخارى عن سعيد بن جبير عن ابن عباس قال . قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : (الشفاء فى ثلاث ، شربة العسل وشرطة محجم ، كية نار وانا انهى امتى عن الكى) وفى هذا الهدى النبوى تحديد لأسس العلاج وانفع ذلك.



(1) سنن أبى داود ج ٢ ص ٣٢٤ ط. مصطفى البابى الحلبى .

عسل النحل

من فضل الله وكرمه انه سخر لنا ما فى السماوات وما فى الأرض خدمة للانسان الذى أمر أن يعبد ربه ويشكره على ما أفاء عليه من نعم « وان تعدوا نعمة الله لا تحصوها(١) » والمتأمل فى النحلة وصغر حجمها يلحظ فضل الله وكرمه انها رغم صغر حجمها تنتقل من وردة الى زهرة ومن غصن يانع الى شجرة لتأخذ اشهى ما فى ذلك واجمله ثم تحيله بقدرة الله تعالى فى جسدها الضئيل الصغير الى شىء عظيم فيه شفاء للناس من الذى الهمها وارشدها ووجهها وسخرها واوحى اليها ذلك خدمة للانسان ليكون غذاء له وعلاجا انه الله رب العالمين :

« واوحى ربك الى النحل ان اتخذى من الجبال بيوتا ومن الشجر ومما يعرشون . ثم كلى من كل الثمرات فاسلكى سبل ربك ذللا يخرج من بطونها شراب مختلف الوانه فيه شفاء للناس(٢) » .

ومن عجب أن تكون مساكن النحل تجويف فى الشجر أو فى كهوف الجبال ومن كمال قدرة الله سبحانه ان الهم النحل اتخاذ بيوت على شكل مسدس ذى اضلاع متساوية وليس فيه خلل

---

(١) النحل — ١٨
(٢) النحل ٦٨ ، ٦٩

ولا فرج فيه ولا فتحات والهمها أن تجعل عليها اميرا نافذا حكمه وعلى باب كل خلية بوابا لا يمكن غير اهلها من دخولها فسبحان من الهمها ذلك !!

وعسل النحل يطرد الأوساخ التى فى العروق والأمعاء ويدفع الفضلات ويغسل المعدة ويفتح أفواه العروق ويشد المعدة والكبد والكلى والمثانة . وقد كان ابن عمر رضى الله عنه لا يشكو قرحة ولا شيء الا جعل عليه عسلا . ولم يعول الأطباء فى الأدوية المركبة الا عليه لأنه غذاء من الأغذية ودواء من الأدوية وشراب مع الأشربة وحلو مع الحلو . وما خلق الله لنا شيئا فى معناه افضل منه فهو ينقى الكبد والصدر ويدر البول وينفع للسعال البلغمى وان استن به صقل الأسنان وحفظ صحتها وان اكتحل به جلا ظلمة البصر وقد ثبت فى الصحيحين ان رجلا اتى النبى صلى الله عليه وسلم فقال : ان اخى استطلق بطنه — يشكو من وجع البطن — فقال « اسقه عسلا فسقاه وجاء فقال انى سقيته فلم يزده الا استطلاقا ثلاث مرات فقال النبى صلى الله عليه وسلم صدق الله وكذب بطن اخيك » اسقه عسلا فسقاه فبرىء .

ولقد جمع الهدى النبوى بين الطب الالهى والطب البشرى وفى تكرار سقيه للسعل معنى طبى بديع وهو أن الدواء يجب أن يكون له مقدار وكمية بحسب حال الداء ان قصر عنه لم يزله بالكلية وان زاد عنه احدث ضررا آخر .

وفى قول النبى صلى الله عليه وسلم وكذب بطن اخيك اشارة الى هذا الدواء النافع وان بقاء الداء ليس بقصور الدواء فى نفسه ولكن لكثرة المادة الفاسدة فى الأمعاء من هنا أمره بمعاودة شرب العسل وصدق الله العظيم ((**فيه شفاء للناس**(١))) .

---

(١) النحل من آية ٦٩

علاج الصرع

الصرع : هو حالة مفاجئة تصيب الانسان بالتشنج فيتوقف فجاة عن التفكير والعمل ويرتمى على الأرض ساقطا لا يحس بمن حوله . والصرع ينقسم الى قسمين :

١ — صرع ناتج من وجود علة مرضية نفسية تمنع الأعضاء من الحركة .. وهـذه الحالة تعالج بمعرفة الذين تخصصوا فى طب الأمراض النفسية والعصبية لأن ذلك ناتج عن وجود اضطراب تيارات المخ الكهربائية وعندما تضطرب هـذه التيارات تؤثر على الوعى كما تؤثر كذلك على عضـلات جسم الانسان حيثما بدأ وسار الاضطراب الكهربائى فى المخ : فاذا كان الاضطراب الذى سار نتيجة الشحنة الكهربائية على يمين المخ بدأت عضلات الجسم تتقلص فى الناحية اليسرى وتتمدد على حسب المكان وكذلك الحال اذا كان الاضطراب على يسار المخ . بـدأت عضلات الجسم تتقلص فى الناحية اليمنى .

وهذا الانقباض يكون أقل من دقيقة ثم تنقبض وتنبسط لفترة اخرى ثم يسترخى الانسان وينتشر الاضطراب فى الجسم كله . وهذا ما يسمى بالصرع .

ولقد اثبت التشريح الحديث أن المخ به ١٣ (ثلاثة عشر بليون

خلية) لكل خلية منها وظيفة خاصة . كما اثبت كذلك ان فى فصى المخ تمثيل لجسمه .

ففى فصى المخ الأماميين تجد الراس والركبة والبطن والفخذين والساقين والقدمين فى وضع معكوس من اسفل الى أعلى والعكس بالعكس . أى أن نصف الجسم فى الناحية اليمنى له تمثيل فى اليسرى . والنصف الأيسر له تمثيل فى الجهة اليمنى من المخ .

من هنا نستطيع أن نقول بأن الانسان له محرك اساسى فى خلايا المخ هـــذه الخلايا هى التى تحركل جوارح الانسان : اذ المخ به مراكز الحركة ومراكز للاحساس . هذه المراكز هى التى تستقبل عن طريق نوافذ الجهاز العصبى : العين والسمع والشم والأحاسيس المختلفة .

كل ذلك يتجمع فى مراكز الاحساس وهذه هى التى تثير الحركة . وكل عمل من أعمال الانسان يأتى بعد الاحساس والانفعال ثم السلوك يقول الله تعالى : **« ولتصغى اليه أفئدة الذين لا يؤمنون بالآخــرة وليرضـــوه وليقترفوا ما هم مقترفون(١) »** الاصغاء : هو الاحساس . الانفعال : هو الرضى . الاقتراف : هو السلوك وهكذا نلحظ من الآية الكريمة كيف أن القرآن سبق بنصوصه الكريمة علم التشريح وعلم النفس وصدق الله العظيم : **« لا ياتيه الباطل من بين يديه ولا من خلفه تنزيل من حكيم حميد(٢) »** .

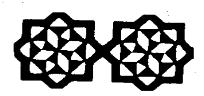
٢ — القسم الثانى من الصرع : صرع الأرواح : هو ناشىء من احتكاك الأرواح الخبيثة الأرضية لبعض الناس : ويقع هذا من

---

(١) الأنعام — ١١٣
(٢) فصلت ٤٢

النفوس الخبيثة من مردة الجن لاستحسان بعض الصور الانسية : واما لايقاع الاذى بهم . وهـــذا الموضوع يؤيده الحديث الذى اخرجه الشيخان من حديث عطاء بن ابى رباح قال :

قال لى ابن عباس رضى الله عنهما الا اريك امراة من اهل الجنة قلت بلى . قال : هــذه المراة السوداء . اتت النبى صلى الله عليه وسلم قالت : انى اصرع وانى أنكشف فادع الله لى . قال : « ان شئت صبرت ولك الجنة وان شئت دعوت الله ان يعافيك . فقالت : اصبر . وانى انكشف فادع الله لى أن لا أنكشف فدعا لها » وهذه المراة كان صرعها من الجن ولذلك جاء فى رواية البزار أن هـــذه المراة قالت لرسول الله صلى الله عليه وسلم انى اخاف الخبيث ان يجردنى . فدعا لها فكانت اذا خشيت أن ياتيها تأتى أستار الكعبة فتتعلق بها . وعلاج هذا النوع يكون بدعاء الله والالتجاء اليه والثقة به وهـــذا النوع من الصرع أنكره بعض الأطباء استنادا الى ما ذهب اليه بعض المعتزلة كالجنائى وابى بكر الرازى وعللوا ذلك باستحالة دخول الجن فى بدن المصروع خاصة انه لا يجوز وجود روحين فى جسد واحـــد . وقد ذهب ابو الحسن الأشعرى فى مقالات اهل الســـنة والجماعة بجواز دخول الجن فى بدن المصروع اخذا من قول الله تعالى « **الذين ياكلون الربا لا يقومون الا كما يقوم الذى يتخبطه الشيطان من المس**(1) » . وقد وردت فى ذلك آراء وروايات كثيرة لا مجـــال لذكرها الآن .

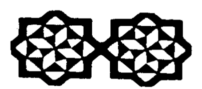


(1) البقرة — ٢٧٥

دواء العين

العين : هى أن ينظر الشخص الى غيره نظرة حسد متمنيا زوال النعمة عن المنظور اليه وقد تكون النظرة بغية تمنى موت المنظور اليه . فالذى يخرج من عين الناظر هو سهم معنوى ان صادف البدن ولا وقاية أثر فيه وان لم ينفذ السهم رد الى صاحبه.. ومذهب أهل السنة : ان العين انما تضر عند نظر العائن بعادة أجراها الله فيه وفى هذا يقول الحق سبحانه : **« وان يكاد الذين كفروا ليزلقونك بابصارهم لما سمعوا الذكر ويقولون انه لمجنون(١)** .

ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم فيما أخرجه الشيخان وابو داود « العين حق »(٢) وقد أنكر جماعة هذا الموضوع . وغاب عنهم أن الله سبحانه وتعالى أجرى العادةبوجود كثير من القوى والخواص فى الأجسام والأرواح وان كل شىء بقدر الله تعالى ولا يقع الا على حسب ما قدره الله وسبق فى علمه فلا يقع ضرر العين الا بقدر الله .



(١) القلم — ٥١
(٢) سنن أبى داود جـ ٢ ص ٣٣٦ ط. مصطفى البابى الحلبى .

العلاج بالأدوية الروحية

القرآن الكريم هو كتاب الله المنزل من علياء السماء بواسطة امين الوحى جبريل على سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم لينذر به الناس اجمعين : نزل هـــذا القرآن ليكون مصدر تشريع للأمة الاسلامية تحتكم اليه وتنفذ مافيه فى حياتها ،لم ينزل أبدا ليتلى على ميت فى جوف مقبرته ولا ليكون حجابا تحت ابط الانسان. ولا ليوضع فى محل ليكون مصدر رزق .

وانما كما يقول عنه الحق « **لينذر من كان حيا(١)** » وعلى هذا الأساس فهو المصدر الأول للتشريع تليه السنة النبوية .

ومن رحمة الله بنا ان يجعل فى القرآن شفاء لعلل تصيب اجسامنا لأنه خالقنا واعرف بأحوالنا : « **الا يعلم من خلق وهو اللطيف الخبير(٢)** » وينفع الاستشفاء بالقرآن عند الايمان به .

انه منهج حياة ودستور امة ومع ذلك فالانسان يطبق أحكامه على نفسه ويلتزم بهديه لأنه يؤمن بمنزله ويعتقد بصحة وصدق نبوة من حمله ومع هـــذا الايمان والصدق فهناك الولاء والطاعة والحب لله ورسوله .

---

(١) يس — ٧٠
(٢) الملك — ١٤

وقديما قيل * اذا مرضنا تداوينا بذكركمو * لذلك ثبت عن النبى صلى الله عليه وسلم التداوى بالعبادة والاستشفاءبالقرآن.

من ذلك

ما أخرجه أبو داود أن رجـــلا قال : ليتنى صليت فاسترحت فكأنهم عابوا عليه ذلك . فقال : سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول : **(يا بلال اقم الصلاة أرحنا بها) (١) .**

ذلك لأن الصلاة أمر الهى متعبد بها وتجدالنفس فيها سعادتها وهناءتها ويشـعر الانسان فيها بقوة أعلى من قوته تشده ويشعر فى كنفها بالحماية والأمن والقوة فيتغلب بذلك على نفسه فينسى ألمه وقد قال الرسول صـــلى الله عليه وسلم : (وجعلت قرة عينى فى الصلاة)(٢) أخرجه النسائى .

والصلاة مجلبة للرزق حافظة للصحة دافعة عن الأذى مقوية للقلب . مبيضة للوجه مذهبة للكسل منشطة للجوارح مغذية للروح جالبة للبركة مبعدة للشيطان وقـــد قال الله تعالى : « **واستعينوا بالصـــبر والصـــلاة(٣)** » والصـــيام كذلك : له تأثير عجيب فى حفظ الصحة واذابة الفضلات المعوية وفيه راحة للقوى والاعضاء . وهو وقاية للعبد من كثير من الأمراض .

أما القرآن الكريم فيكفى ما قاله الحق : « **وننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين(٤)** » والمعنى أن ما أنزل من القرآن

---

(١) كشف الخفا للامام العجلونى ج ١ ص ١١٧ ط. التراث الاسلامى .
(٢) كشف الخفا للامام العجلونى ج ١ ص ٤٠٥ ط. التراث الاسلامى.
(٣) البقرة — ٤٥
(٤) الاسراء — ٨٢

كله شفاء فهو كما يشفى من الضلالة والجهالة والشك والريبة كذلك يشفى امراض الأجساد وقد أخرج ابن ماجة والترمذى أن النبى صــلى الله عليه وسلم قال (خير الدواء القرآن) وذكر الذهبى فى الطب النبوى : ان رجلا شكا وجع عينه الى النبى صلى الله عليه وسلم فقال له : (انظر المصحف) هذا والقــرآن هو الشفاء التام من جميع الأمراض ويكفى ما سبق الاشارة اليه فى الحديث الحسن الذى اخرجه البخارى الذى سبق ذكره .

والفاتحة وهى أم الكتاب هى الرقية الناجحة لمن عرف قدرها واحسن تنزيلها على دائه . اخرج الدارمى عن عبد الله بن عمير ان النبى صلى الله عليه وسلم قال : « فاتحة الكتاب شفاء من كل داء » . واخرج ابو داود أن رجلا رقى مجنونا بفاتحة الكتاب فبرىء فأعطوه مائة شاه(1) . فأتى النبى صلى الله عليه وســلم فأخبره فقال : هل قلت غير هذا ؟ قال الرجل : لا . « يقول ابن القيم كما جاء فى كتاب زاد المعاد . ولقد مر بى وقت بمكة سقمت فيه وفقدت الطبيب والدواء فكنت اتعالج بالفاتحة آخذ شربة من ماء زمزم واقرؤها عليها مرارا ثم أشربه فوجدت بعد ذلك البرء التام ثم صرت أعتمد على ذلك عند كثير من الأوجاع .

ولقد كان من هدى النبى صلى الله عليه وسلم أنه يتحصن عند نومه بقراءة الاخلاص والمعوذتين اخرج البخارى عن عائشة رضى الله عنها قالت : كان رســول الله صلى الله عليه وسلم اذا أوى الى فراشه نفث فى كفيه بـــ قل هو الله أحد وبالمعوذتين جميعا ثم مسح بهما وجهه وما بلغت يداه من جسده .

---

(1) سنن ابى داود جـ ٢ ص ٣٣٥ ط. مصطفى البابى الحلبى .

وأخرج النسائى عن ابى سعيد الخدرى كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يتعوذ من الجان وعين الانسان حتى نزلت المعوذتين فلما نزلت أخذ بهما وترك ما سواهما .

وهكذا كلما تمعن الانسان وبحث وجد أن القرآن الكريم فيه شفاء ودواء لكل أمراض البشرية بأسرها وكثير من الادعية التى قالها رسول الله صلى الله عليه وسلم فيها اسرار عجيبة ومن ذاق عرف لأن جميع الأمراض القلبية والبدنية لا تقوى على مقاومة كلام رب العالمين فما من مرض الا وفى القرآن سبيل الدلالة على دوائه فمن لم يشفه القرآن فلا شفاء له ومن لم يكفه فلا كفاه الله .

اننا اذ نبين ذلك فأننا نذكر المسلمين بهدى نبيهم ونرشدهم الى العمل مع الأخــذ بالأسباب والذهاب الى الأطباء . واستشارة الحكماء الذين وهبهم الله خاصية المعرفة فى جزئية المكان المريض أخذا من قــول الله تعــالى : « **فاسالوا أهــل الذكر ان كنتم لا تعلمون**(١) » ولا يجوز الاتكال على شىء معين فان ما فعــله النبى وكان من ورائه الشفاء له وما فعله صحابته ونجح فى علاجهم فمرد ذلك الى قــوة عقيدتهم وثقتهم بربهم أما نحن فمع ايماننا المطلق بنجاح هذا فأننا ننصح بالأخذ فى الأسباب أخذا من الأثر القائل **(يا عباد الله تداووا فان الله لم يخلــق داء الا خلــق له دواء)** وعلى الانسان المسلم ان يجعل لنفسه رقيا قرآنية : فقد اخــرج الدارمى عن ابن مسعود قال : (من قرأ أربع آيات من أول سورة البقرة وآية الكرسى وآيتين بعدها وثلاث من آخر سورة البقــرة لم يقربه ولا أهله يومئذ شيطان ولا شىء يكرهه ولا يقرآن على مجنون الا أفاق .

---

(١) الأنبياء — ٧

ويقول « ابى بن كعب » كنت عند النبى صـــلى الله عليه وسلم فجاءه اعرابى فقال : يا نبى الله أن لى أخا وبه وجع . قال: وما وجعه ؟ قال :به لمم . قال : فأتنى به فوضعه بين يديه فعوذه النبى صـــلى الله عليه وسلم بفاتحة الكتاب وأربع آيات من سورة البقرة وهاتين الآيتين :

وَإِلَٰهُكُمْ إِلَٰهٌ وَاحِدٌ لَّا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَٰنُ الرَّحِيمُ ﴿١٦٣﴾ إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنفَعُ النَّاسَ وَمَا أَنزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِن مَّاءٍ فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِن كُلِّ دَابَّةٍ وَتَصْرِيفِ الرِّيَاحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ (١)

وآية الكرسى وثلاث آيات من آخر سورة البقرة بدءا من قوله تعالى : « **لله ما فى السموات وما فى الأرض وان تبدوا ما فى انفسكم او تخفوه يحاسبكم به الله**»(٢). الخ السورة وآية من آل عمران « **شهد الله أنه لا اله الا هو**(٣) » وآية من الأعراف « **ان ربكم الله الذى خلق السموات والأرض**(٤) » وآخر سورة المؤمنون « **فتعالى الله الملك الحق** »(٥) الخ السورة وآية من سورة الجن « **وانه تعلى جد ربنا ما اتخـــذ صـــاحبة ولا ولدا** »(٦) وعشرة آيات من أول الصافات الى « **الا من خطف الخطفة فاتبعه شهاب ثاقب**»(٧) وثلاث آيات من سورة الحشر « **لو انزلنا هذا القرآن على جبل**(٨) » الخ

(١) البقرة ١٦٣ — ١٦٤
(٢) البقرة — ٢٨٤
(٣) آل عمران — ١٨
(٤) الأعراف — ٥٤
(٥) المؤمنون — ١١٦
(٦) الجن — ٣
(٧) الصافات — ١٠
(٧) الحشر — ٢١

السورة وقل هو الله احد والمعوذتين . فقام الرجل وكانه لم يشتك قط . وثقه ابن حبان وبقية رجاله رجال الصحيح .

كما اخرج الدارقطنى عن ابن عباس رضى الله عنه ان النبى صلى الله عليه وسلم قال : (من اشتكى ضرسه فليضع اصبعه عليه وليقرأ : **« وهو الذى انشاكم من نفس واحدة فمستقر ومستودع قد فصلنا الآيات لقوم يفقهون(1) »** وروى الترمذى ومسلم عن عثمان بن العاص انه اشتكى الى رسول الله صلى الله عليه وسلم وجعا يجده فى جسده منذ أسلم فقال (ضع يدك على الذى يؤلم من جسدك وقل : بسم الله ثلاث مرات وقل سبع مرات اعوذ بعزة الله وقدرته من شر ما اجد واحاذر : قال: ففعلت ذلك مرارا فاذهب الله ما كان بى فلم ازل آمر به اهلى وغيرهم .

واخرج الترمذى والحاكم قال محمد بن سالم قال لى ثابت البنانى يا محمد اذا اشتكيت فضع يدك حيث تشتكى ثم قل : بسم الله أعوذ بعزة الله وقدرته من شر ما أجد من وجعى هذا ثم ارفع يدك ثم اعد ذلك وترا . فان انس بن مالك حدثنى بأن النبى صلى الله عليه وسلم حدثه بذلك .

وفى رواية البخارى واحمد ان انسا قال لثابت البنانى : الا ارقيك برقية رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : اللهم رب الناس مذهب الباس اشف أنت الشافى ولا شافى الا انت اشفه شفاء لا يغادر سقما .

هذا الرقى بضم الراء والقصر جمع رقية . وهى ما يقرأ من الدعاء لطلب الشفاء وهى جائزة بالقرآن وبأسماء الله الحسنى وبالادعية النبوية وقد اشترط العلماء لذلك شروطا ثلاثة :

---

(1) الانعام — ٩٨

(أ) أن تكون بكلام الله تعالى أو بأسمائه وصفاته .

(ب) أن يكون ذلك بلسان عربى وبما يعرف معناه .

(جـ) أن يعتقد أن الرقية لا تؤثر بنفسها بل بفعل الله تعالى .

كما أخرجه مسلم وأبو داود عن عوف بن مالك : كنا نرقى فى الجاهلية فقلنا يا رسول الله كيف ترى فى ذلك ؟ فقال : (اعرضوا على رقاكم : لا بأس بالرقى ما لم يكن فيه شرك .

واخرج مسلم عن جابر : نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن الرقى فجاء آل عمرو بن حزم فقالوا يا رسول الله : انا كانت عندنا رقية نرقى بها من العقرب وانك نهيت عن الرقى فعرضوها عليه فقال : (ما ارى بأسا .. من استطاع منكم أن ينفع أخاه فلينفعه) .

والذى نراه من هذا الحديث ان كل رقية جربت منفعتها ولو لم يعقل معناها لا بأس من استعمالها لان المجرب دائما غالبا ما يكون عمله صوابا لكن الذى يؤخذ من حديث عوف بن مالك أن الرقية التى لا يفهم معناها قد تؤدى الى شر فتمنع احتياطيا اخذا من الخبر القائل **(دع ما يريبك الى ما لا يريبك)** وللتوفيق بين الرأيين نرى أن الانسان على نفسه بصير فان رأى أن المناخ النفسى الذى يعيش فيه يتفق مع مناخ من جرب والا فانه يفعل ما صح عن رسول الله صلى الله عليه وسلم وعلى الله قصد السبيل وأن قوة السلاح بقوة حامله فان كان الراقى على صلة بالله متينة استجاب الله له : **« انما يتقبل الله من المتقين(1) »** .

أخرج أبو داود والنسائى من حديث ثابت بن قيس بن شماس أن النبى صلى الله عليه وسلم دخل عليه وهو مريض

(1) المائدة من آية ٢٧

فقال (اكشف الباس رب الناس عن ثابت بن قيس بن شماس ثم أخذ ترابا من بطحان فجعله في قدح ثم نفث عليه بماء ثم صبه عليه(١).

ولقد عولج النبى صلى الله عليه وسلم من لدغة عقرب : ففى الحديث الذى اخرجه ابن أبى شيبة قال عبدالله بن مسعود: بينما رسول الله صلى الله عليه وسلم يصلى اذ سجد فلدغه عقرب فى أصبعه فانصرف رسول الله صلى الله عليه وسلم وقال : لعن الله العقرب ما تدع نبيا ولا غيره ثم دعا بأناء فيه ماء وملح فجعل يضع موضع اللدغة فى الماء والملح ويقرأ قل هو الله احد والمعوذتين حتى سكنت(٢) .

فهذا العلاج مركب من علاج روحى وطبيعى : أما العلاج الروحى فان سورة الاخلاص ترشد الى كمال التوحيد واثبات الأحدية لله . ونفى كل شريك واثبات الكمال المطلق لله وحده وكل الخلائق تتوجه اليه بمطالبها وهو المجيب لكل من دعاه ليس له شبيه ولا شريك وفى المعوذتين الاستعاذة من شر الغاسق : الليل اذا أظلم وكذلك تتضمن الاستعاذة من شر الغاسق شر ما ينتشر به من الأوبئة الخبيثة الفتاكة : ويستعيذ الانسان من شر النفاثات : السواحر وسحرهن ومن شر الحاسد صاحب النفس الخبيثة المؤذية والاستعاذة من شر شياطين الانس والجن .

فهذه كلها من باب انواع العلاج الروحى : أما العلاج الطبيعى فان فى الملح نفعا لكثير من السموم لأن فيه قوة جاذبية محللة تجذب السموم وتحللها واذا وضع الملح مع بذر الكتان ثم يضمد به من لدغة عقرب فانه من الأدوية النافعة لهذه الحالة ويتبين من هذا فهم الرسول صلى الله عليه وسلم لما توصل اليه الطب الحديث بعد خمسة عشر قرنا من الزمان .

---

(١) سنن أبى داود جـ ٢ ص ٣٣٧ ط مصطفى البابى الحلبى

(٢) فيض القدير للعلامة المناوى جـ ٥ ص ٢٧٠ ط. مصطفى محمد سنة ١٣٥٦ هـ — ١٩٣٨ م .

نصائح الحكماء

رأينا للفائدة بعد ان بينا ما فيه للانســـان من ناحية علاج الروح أن نقف وقفة مع كلام الأطباء السابقين الذين بحثوا ونقبوا فى طبائع الانسان وكانوا على صلة بالعلم حســبما هو مشاع فى زمانهم لعلنا نجد فى ذلك ما يلائم زماننا هذا ونتنفع به فى حياتنا فان الحكمة ضالة المؤمن انى وجدها فهو أحق الناس بها .

ولمــا كانت فائدة الطب والدراسة المتصلة الحلقات لمعرفة كل ما من شأنه يحفظ صحة الانسان عليــه والتغلب على المرض بالعلاج السريع ومعرفة الأدوية التى تناسب مزاج الانسان وفطرته من الأعشاب البيئية والعمل على منع الميــكروب من التسرب الى جسم الانسان لأن موضوع الطب هو دراسة جســم الانســـان وما يشتمل عليه من اعضاء أو اجزاء ومعرفة احواله من صحـــة ومرض وكيفية تركيب الدواء يفيــد كل مريض ومقدار الكيفية التى يتعاطى بها .. لكل هذه الأسباب كان لعلم الطب فضل فى ظهور علوم متعددة تخدمه ــ كعلوم الكيمياء والطبيعة والحيوان والنباتات وهذه العلوم لابد لدارس الطب أن يدرسها فى أول مراحل تعليمه لأن أساس العلم بالطب : هو خدمة الانسان ولهذا يقول الرسول صلى الله عليه وسلم: (من نفس عن مؤمن كربة من كرب الدنيا نفس

الله عنه كربة من كرب يوم القيامة والله فى عون العبد ما دام العبد فى عون أخيه)(١) .

لذلك نرى ان علم الطب نشأ فى أقدم الحضارات وقد عرفه الانسان عندما فكر فى معالجة جرحه والعمل على وقف النزيف وكذلك تخفيف لدغة النحل عندما كانوا يضعون عليها الطين . ولقد ظهر فى هذا العلم خليط من « الدجل » حيث دخل فيه « السحر والشعوذة » ولكن العلماء الذين رسخوا فى ميدان كشف الحقائق فوصلوا الى علم الطب التجريبى عن طريق التجربة والملاحظة واصبح الطب يتطور رويدا طبقا للمعارف الانسانية وتطورها الفكرى الى ان وصلت الى ما هى عليه الآن والله اعلم عما يكشفه الغد والمستقبل من علوم تظهر بعد الملاحظة بالتجربة وما ينبىء عنه علم الأشعة والكمبيوتر وما شاكل ذلك .

ولقد عرفت مصر الطب ونبغت فيه واكبر دليل على ذلك ما نراه من التحنيط الذى وصلوا اليه كما انهم كانوا يزاولون عملية « الختان والطهارة للأطفال وسجلوا على معابدهم نقوشا تشير الى ذلك خاصة انهم كانوا يؤمنون بالبعث والنشور فدفعهم ذلك الى العمل على حفظ صحة الانسان ونبغ فيهم من كان وحيد عصره فى كثير من تخصصات الطب الحديث وكل دولة قامت على أرضها حضارة تجد ان الطب يلازمها وكان يسمى من تلك مهنته « بالحكيم » لأن علاج الانسان من الحكمة والدقة المتناهية بحيث لو كرر له علاجا غير ما يتفق مع مرضه فان ذلك قد يودى بحياته ثم تطورت كلمة « حكيم الى الطب . لأنه يطب البدن ثم الى دكتور » ولكن كل هذه الألفاظ تؤدى الى معنى واحد هو تشخيص المرض الذى فى

---

(١) الترغيب والترهيب للحافظ المنذرى جـ ١ ص ٨٥ ط وزارة الأوقاف

جسد الانسان ووصف ما يلائمه من علاج بعد أن يكون الشخص قد درس ذلك اللون العلمى .

لذلك اشترطوا فى كل من يزاول هذه المهنة ان يكون عالما بجسم الانسان وخلاياه حسب الدراية بالبيئة وما يلائمها مطلع على احدث الأبحاث فى هذا الميدان ومعرفة الأعشاب الطبية والادوية المعملية .

ولما كانت مزاولة هذه المهنة تحتاج الى دقة وأمانة لأن الذى يقوم بها يؤدى اعظم خدمة للانسانية ويقوم بأنبل رسالة فى اشرف ميدان .. فلذلك قالوا : يجب عليه أن يكون متدينا يخاف الله ويراقبه عفيف النفس طاهر السمعة . امينا على أسرار مرضاه حليما فى التعامل معهم وان يكون هاشا باشا فى وجوه المرضى ليغرس فى نفوسهم الثقة وان يلم بأحوال مرضاه الاجتماعية والأسرية لأن لذلك اثرا فى تقوية العزائم وان يكون رحيما فى تعامله مع المرضى « الراحمون يرحمهم الرحمن » « ارحموا من فى الأرض يرحمكم من فى السماء(1) » .

والاسلام هو أصل الحضارات الانسانية لأنه دين الله الخالد وكلمته السارية فى الوجود على الناس الى كل ما من شأنه أن يصحح ابدانهم ويدخل السرور على نفوسهم حتى يقوموا بأداء العبادة التى فرضها الله عليهم ثم يعملوا بقدر طاعتهم على نشر الاسلام والدعوة اليه والجهاد فى سبيله ويستتبع ذلك العمل بكل قوة لاستخراج كنوز الأرض ليكون مجتمع المسلمين من اغنى المجتمعات لديهم الاكتفاء الذاتى فى كل شىء يحتاجون اليه من مأكل وملبس ومسكن ويتابعون التعاون الاجتماعى العلمى الذى يحدث

---

(1) فيض القدير للعلامة المناوى جـ ٤ ص ٤٢ ط مصطفى محمد

فى الأرض فيتمكنون بذلك من السيطرة على كل شىء برا وبحرا وجوا ان الأمة الاسلامية صاحبة رسالة عليها ان تقوم بها وتحافظ عليها لأنها ان قصرت فى ذلك حاسبها ربها حسابا شديدا على تقصيرها فيما ائتمنها الله عليه ولذلك كانت حريصة على تدوين علم العلماء الذين تكلموا فى أنواع العلوم النافعة التى من شأنها أن تقدم المفيد والنافع للانسانية ومن ذلك « الطب » يقول « بختيشوع » (احذر أن تجمع بين البيض والسمك فانهما يورثان القولنج) والأرياح والبواسير ووجع الأضراس وادامة أكل البيض تولد الكلفة فى الوجه . وأكل الملوحة والسمك المالح والافتصاد بعد الحمام ووطء المرأة الحائض يولد الجذام . وقال (بقراط) الاقلال من الضار خير من الاكثار من النفع . وقال : استدامة الصحة بترك التكاسل عن التعب وترك الامتلاء من الطعام والشراب . وقال : الحارث بن كلدة « طبيب العرب : من أراد الصحة فليجود الغذاء وليأكل على نقاء وليشرب على ظمأ وليقل من شرب الماء ويتمدد بعد الغذاء وليتمش بعد العشاء ولا ينم حتى يعرض نفسه على الخلاء وليحذر دخول الحمام عقيب الامتلاء . ومجامعة العجائز تهرم أعمار الأحياء وتسقم الأبدان الأصحاء . وقال أيضا أربعة تهدم البدن : الجماع على البطنة ودخول الحمام على الامتلاء وأكل القديد وجماع العجوز .

وقال بعض الملوك لطبيبه : لعلك لا تبقى لى فضلا فى صفة آخذها منك فقال : لا تنكح الا شابة ولا تأكل من اللحم الا فتيا ولا تشرب الدواء الا من علة ولا تأكل الفاكهة الا فى نضجها وأجد مضغ الطعام واذا أكلت نهارا فلا بأس أن تنام واذا أكلت ليلا فلا تنم حتى تمشى ولو خمسين خطوة ولا تأكل حتى تجوع ولا تحبس البول وخذ من الحمام قبل أن يأخذ منك واياك أن تأكل ما تعجز أسنانك عن مضغه فتعجز معدتك عن هضمه .

وقال افلاطون : « خمس يذبن البـــدن وربما قتلن : قصر ذات اليد وفراق الأحبة وتجرع المغايظ ورد النصح وضحك ذوى الجهل بالعقلاء » .

وقال الامام الشافعى رضى الله عنه : أربعة تقوى البـــدن اكل اللحم وشم الطيب وكثرة الغسل من غير جماع ولبس الكتان واربعة توهن البدن : كثرة الجماع وكثرة الهم وكثرة شرب المـــاء على الريق وكثرة اكل الحامض واربعة تقوى البصر : الجلوس تجاه الكعبة والكحل عند النوم والنظر الى الخضرة وتنظيف المجلس واربعة توهن البصر : النظر الى القذر والى المصلوب والى فرج المراة والقعود مستدبر القبلة . واربعة تزيد فى العقل : ترك الفضول من الكلام والسواك ومجالسة العلماء والصالحين .

قال « جالينوس » لأصحابه : (اجتنبوا ثلاثا وعليكم بأربع : اجتنبوا الغبار والدخان والنتن وعليكم بالدســـم والطيب والحلوى والحمـــام) .

وقال بعضهم : اربعة تفرح : النظر الى الخضرة والى الماء الجارى والمحبوب والثمار ، واربعـــة تظلم البصر : المشى حافيا والتصبح والامساء بوجه بغيض وثقيل والعدو وكثرة البكاء وكثرة النظر فى الخط الدقيق .

وهذه النصائح التى قدمناها هى : نتيجة تجارب وخلاصة فكر العلماء وقبل أن تنشىء المعامل التحليلية والصور الأشعية ومصانع الأدوية وخـــلاف ذلك مما نراه فى عصرنا الحديث .

ولعلنا ونحن نذكر هؤلاء لا ننسى علماء الاســـلام الذين برزوا فى ميدان الطب وصناعة الدواء وتركيبه : فعندنا نماذج فريدة علمت الدنيا بأسرها ونذكر منهم :

١ — ابن النفيس(أستاذ فى التشريح ورائد علم الفيسيولوجيا) وكان يقول : ان التشريح فن لا علم لأن الفن يكتسب بالممارسة أما العلم فيكتسب بالدرس والتحصيل وهو أول من كشف عن الدورة الدموية ولذلك يقدر تاريخ الطب ان : (ابن النفيس) هو الذى مهد الطريق أمام الأستاذ (وليم هارفى) الطبيب الانجليزى ولقد اشترط (ابن النفيس) فيمن يزاول فن الجراحة ما يأتى :

(ا) أن يعمل بخفة وسرعة .

(ب) أن يعمل بغير ارتعاش .

(ج) أن يعمل وجميع ما يحتـــاج اليه من الأدوات والآلات حاضرا .

علاوة على ذلك فان له مؤلفات عـــدة فى فن التشريح وكل ما يتصل بالطب .

٢ — كذلك لا ننسى « أحمد بن عثمان أبو العباس » طبيب العيون .

٣ — كذلك « ابن سيناء » ابو علم الحسين بن عبد الله الطبيب الماهر والفيلسوف العظيم والأديب النابغ والحكيم الساطع الذكر الذى يمثل قمة النبوغ العلمى لأن مؤلفاته كثيرة فى الطب والفلسفة والمنطق والفلك والهندسة وهو أول من اكتشف عضلات العين ووصفها وصـــفا دقيقا وقـــد أبدع فى وصـــف كثير من الأمراض واعتنى بتشخيص المرض وهو أول من نبه الحكماء الى اكتشاف الكثير من الأمراض التى لم تـــكن معروفة قبله وتـــكلم فى مرض « السرطان » (وقال : انه يكون فى مبدئه خفى الحال دون علامات له كما تكلم عن مرض « السكر » وتكلم عن أمراض الأطفال كما

تحدث عن الجنين فى بطن امه ووصفه « اكلينيكيا » كما نبغ فى امراض النساء .

٤ — ابو بكر الرازى : اعظم اطباء عصره ولقد خـــدم بعلمه ومهارته ونبوغه فى الحضارة العلمية العالم اجمع لأنه أول من ابتكر خيوط الجراحة كذلك أول من عمل مراهم الذئبق وأول من عنى بالطب الكيميائى وله مجموعة كتب ومن كلماته المأثورة : « مهما قدرت أن تعالج بالأغذية فلا تعالج بالأدوية ومهما قدرت أن تعالج بدواء مفرد فلا تعالج بدواء مركب واذا كان الطبيب عالما والمريض مطيعا فما أقل لبث العلة وينبغى على الطبيب أن لا يدع مسألة المريض عن كل ما تتولد منه علته وان يوهم المريض بالصحة ويرجيه بها وان كان غير واثق بذلك « ونحن لم نذكر الا نماذج ولكن الحق يقال ان لعلماء الاســـلام فى هـــذا الميدان الباع الطويل ولا نستطيع نحصيهم عدا ويكفى أن نقول : أن أوروبا مدينة بالفضل لعلماء الاسلام فى هـــذا الميدان ومن أراد المزيد فليرجع الى الموسوعات الطبية فى هـــذا المجال وسيجد بغيته ان شاء الله لأن شمس العرب سطعت على أوروبا فأضاءت لهم واخذوا علـــوم المسلمين بقوة فانتفعوا بها واعترف بذلك علماؤهم وقادة الفكر فيهم « والفضل ما شهدت به الأعداء » .

الصحة النفسية :

اذا كان الاســـلام يرشد أتباعه الى الاهتمام بالجسم والحفاظ عليه من خـــلال التغذية الصحيحة والرياضة والسير فى الأرض والانتقال فيها للتمتع بالمناظر الجميلة فان الاسلام يوصى أتباعه كذلك باهتمام بالروح والنفس والعقل . وقديما هتف الشاعر :

صـــن النفس واحملهـــا على ما يزينهـــا
تعش ســـالما والقـــول فيـــك جميـــل

ولا ترين النـــاس الا تجمـــلا
نبـــا بك دهـــر أو جفـــاك خليـــل

يعـــز غنى النفس ان قـــل مالـــه
ويغنى غنـــى المـــال وهـــو ذليـــل

وقال آخـــر :

ياخـــادم الجســـم كـــم تســـعى لخدمتـــه
اتطلب الربـــح ممـــا فيـــه خســـران

اقبـــل عـــلى النفس واســـتكمل فضائلها
فانت بالنفس لا بالجســـم انســـان

مما سقناه يتبين ان الانسان وهو يســـعى الى صحة بدنه وتمام عافيته ونضرة وجهه وجمال هندامه عليه أن يتحصن بالأخلاق العالية والأدب الجم والمثل العليـــا والفضـــائل العظيمة ولن تجد الانسانية مصـــدر ذلك الا فى :

١ — الايمان بالله ربا خالقا رازقا قادرا عليما بصيرا يعلم خائنة الأعين وما تخفى الصدور . رفع السماء بغير عمد بحكمته وبسط الأرض على المـــاء بارادته وسخر الشمس والقمر والليل والنهار خلق الموت والحياة رب المشارق والمغارب لا تراه العيون ولا تدركه الأبصار وهو مع كل انسان أينما كان يرى سره ويعرف علانيته لا يخفى عليه شىء فى الأرض ولا فى السماء .

٢ — الايمان بالرسل ويـــوم البعث والحساب والنشور والملائكة والجن والقدر خيره وشره والثواب والعقاب .

٣ — الايمان بالكتب المنزلة على جميع الأنبياء كصحف ابراهيم وتوراة موسى وزابور داوود وانجيل عيسى وقرآن سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم وانه خاتم الأنبياء والمرسلين .

٤ — اقامة شعائر الاسلام والمحافظة عليها فى العسر واليسر والمنشط والمكره ، كالصلاة والصوم والحج والزكاة ، وبر الوالدين والاحسان الى الجيران مع البعد عن كل ما حرم الله تعالى والتعامل مع الناس بلين ورفق والالتحام بالمجتمع بايجابية تتسم بالأمانة والصدق وعدم الغش أو التهرب من أداء الواجب والحقد والأنانية وهذا وغيره كثير مما دعا اليه القرآن الكريم وسنة النبى عليه السلام وفى ذلك يقول نبى الله صلى الله عليه وسلم تركت فيكم ما ان تمسكتم به لن تضلوا بعدى ابدا كتاب الله وسنتى(١) .. تلك هى الأسس التى قامت عليها الصحة النفسية فى الاسلام والى هذا يشير الحق سبحانه وتعالى :

« الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله الا بذكر الله تطمئن القلوب »(٢) .

وقوله **« وأن تطيعوه تهتدوا(٣) »** وقوله **« والذين آمنوا وعملوا الصالحات وآمنوا بما نزل على محمد وهو الحق من ربهم كفر عنهم سيئاتهم واصلح بالهم(٤) .**

وعلى هذا فان الاسلام لا يقر اى علاج للنفوس المضطربة القلقة الا بتقويتها ايمانيا بمعنى أن تقوى صلة الانسان بربه

---

(١) فيض القدير للعلامة المناوى ج ٣ ص ٢٤٠ ط مصطفى محمد
(٢) الرعد — ١٢٨
(٣) النور من آية ٥٤
(٤) محمد — ٢

لايجاد ترابط قوى بين الخالق والمخلوق من خلال الطهارة والصلاة والصوم والزكاة ثم علاقته بالناس تقوم على حسن الخلق وكرم التعامل ، نقول ذلك ونعلن الحرب على الزار باعتباره عند الجهلاء وسيلة علاجية ، فاذا كان الأمر كذلك فان اى شخص يصاب بقلق واضطراب نفسى فعليه ان يتخذ الوسائل المشروعة للعلاج فان الله لم يجعل شفاء عباده فيما حرم عليهم وللتمتع بما فى الكون من صفات الجمال والابداع أثر قوى فى علاج الانطواء والاكتئاب يقول على بن أبى طالب « **روحوا عن القلوب ساعة وساعة(١)** » فان القلوب اذا كلت عميت وما لا شك فيه ان اللعب المباح من أعظم الوسائل فى الترويح عن النفس وكان على رضى الله عنه أكثر الصحابة لعبا حتى أن النابغة نعته بالتلعابة.

وسيدنا رسول الله صلى الله عليه وسلم كان ينظر الى الأحباش وهم يلعبون فى المسجد وكانت السيدة عائشة تقف خلفه وتنظر .. وقد روى البيهقى (الهوا والعبوا فانى اكره ان يرى فى دينكم غلظة والصلاة فوق أنها صلة بالله وبها ترويح للنفس فقد قال الحق سبحانه « **استعينوا بالصبر والصلاة** » وقال الرسول صلى الله عليه وسلم : (أرحنا بالصلاة يا بلال(٢)) ذلك لأن النفس تستريح عندما تشعر أنها فى معية الله تقف فى رحابه تناجيه وتطلب منه الاستعانة وتسأله سبحانه ان ييسر كل عسير وأن يزيح كل كربة ثقيلة على النفس فيجد الانسان راحته فالدعاء مخ العبادة هذا : ولقد كان الغناء شائعا فى بلاد العرب فلما جاء الاسلام شغل العرب عن الغناء بالقرآن الذى يأخذ بمجامع قلوبهم ومع ذلك فقد كان هناك من يتغنى أحيانا ببعض الأبيات من الشعر فالغناء بالشعر فن جميل تستريح اليه الأذن وتشرح به الصدور

---

(١) رواه البخارى
(٢) كشف الخفا للعجلونى ج ١ ص ١١٧ ط التراث الاسلامى

خاصة اذا تضمن اغراضا شريفة وصادف افئدة حصينة وصدر عن السنة فصيحة وهذا ما سمح به الاسلام ولقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : يحث على الغناء فى حالات معينة فقد روى أن فتاة تزوجت فقال لعائشة رضى الله عنها أهديتم الفتاة الى بعلها قالت نعم قال بعثتم معها من يغنى ؟ قالت لا قال : أو ما علمت أن الأنصار قوم يعجبهم الغزل الا ابقيتم معها من يقول :

اتيناكم اتيناكم فحيونا نحييكم
ولولا الحبة السمرا لم نحلل بواديكم

ووقفت فتاة تقول للرسول صلى الله عليه وسلم :

هل على ويحكموا ان لهوت من حرج

فقال عليه الصلاة والسلام لا حرج ان شاء الله .

بهذا يتضح ان الاسلام يبيح اللهو البرىء فى لحظات من النهار حتى لا يصاب الشخص بأزمة نفسية تفقده صوابه وتجعله محزن النفس خائر القوى ولعلنا نذكر فى هذا المقام قصة المرأة الاعرابية التى نذرت لله قائلة : لأن عاد رسول الله صلى الله عليه وسلم من غزوة لاغنينه على دفى هذا فلما عاد رسول الله صلى الله عليه وسلم من غزوه ظافرا منتصرا يمنت حضرته الشريفة واستأذنته فى الغناء فأذن لها وكان ذلك فى مشهد جمع من الصحابة ، ولم ينكر المصطفى عليها شيئا من اغانيها .

لقد صاغ الشاعر العظيم حافظ ابراهيم هذه القصة شعرا فقال :

ارايت تلك التى لله قد نذرت انشودة لرسول الله تهديها
قالت نذرت لئن عاد النبى لنا من غزوه لعلى دفى أغنيها
ويمنت حضرة الهادى وقد ملأت أنوار طلعته أرجاء ناديها

واستأذنت ومشت بالدف واندفعت تشجى بألحانها ما شاء مشجيها والمصطفى وابو بكر بجانبه لا ينكران عليها من اغانيها .

ان الصوت الجميل تستريح الأذن لسماعه وخاصة اذا كانت الكلمات معانيها طيبة ونأخذ من ذلك أن رسول الله صلى الله عليه وسلم عندما أراد من يؤذن له اختار بلال صاحب الصوت الندى . كذلك استمع الرسول صلى الله عليه وسلم لأبى موسى الأشعرى وهو يتلو القرآن فى ليله وكان صوته نديا فقال له صلى الله عليه وسلم : (**لقد أوتيت مزمارا من مزامير آل داوود**(١)) . ولقد كان عمر بن الخطاب رضى الله عنه فى سفر مع رسول الله صلى الله عليه وسلم وبصحبة القوم عبد الله ابن رواحة واراد الرسول صلى الله علبه وسلم ان تسرع الأبل فى السير لطول الطريق فقال لعبد الله بن رواحة احد شعرائه لو حركت الركاب (يقصد رسول الله صلى الله عليه وسلم تحريك الأبل) فسكت عبد الله لحظة حياء من رسول الله صلى الله عليه وسلم . فقال له عمر (اسمع واطع) فأخذ عبد الله يحدو وكان صوته نديا . فاندفعت الأبل من ورائه وسألت البطحاء بأعناق الأبل . وكان مما قاله :

والله لولا الله ما اهتدينا ولا تصدقنا ولا صلينا
الكافرون قد بغوا علينا واذا ارادوا فتنة ابينا
وانا عن غضلك ما استغنينا فثبت الأقدام ان لاقينا
وانزلن سكينة علينا

واذا كان بعض الناس ينكرون اباحة سماع الغناء العفيف فسبب ذلك راجع الى عدم معرفتهم بما جاء فى السنة النبوية وهى المصدر الثانى للتشريع الاسلامى وقد استدل من يحرم ذلك بقول الله تعالى :

---

(١) رياض الصالحين للامام النووى ص ٤٠٥ ط. عيسى البابى الحلبى .

﴿وَمِنَ النَّاسِ مَن يَشْتَرِي لَهْوَ الْحَدِيثِ لِيُضِلَّ عَن سَبِيلِ اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَيَتَّخِذَهَا هُزُوًا أُولَٰئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ مُّهِينٌ﴾ (1)

وهذه الآية لا تفيد تحريم الغناء لأنه لا يتخذ آيات الله هزوا ولا اقل من ان يكون سبيل الغناء سبيل الشعر فحسنه حسن من ناحية اللفظ والمعنى وقبيحه قبيح .

وقد وصف العرب المغنى الحسن وأثر صوته فى النفس بقولهم :

غناؤه كالغنى بعد الفقر وهو جر للكسر يبسط أسرة الوجه ويأخذ بمجامع القلوب ويحرك النفوس ويرقص الرءوس . يطعم الآذان سرورا ويقدح فى القلب نورا . وما قيل عن الغناء يقال عن الموسيقى فان كلمة الغناء تجمع الأمرين .

ومما روى فى هذا المقام ان عبد الله بن جعفر كان يمشى فى بعض أزقة المدينة المنورة اذ سمع غناء اصغى اليه . فاذا صوت شجى رقيق يصل الى سمعه .

قل للكرام ببابنا يلجوا   ما فى التصابى على الفتى حرج

فنزل عبد الله عن دابته ودخل على القوم بلا اذن . فلما راوه قاموا اليه اجلالا ثم اقبل عليه صاحب المنزل . فقال يابن عم رسول الله دخلت منزلنا بلا اذن وما كنت لهذا بخليق . فقال عبد الله لم أدخل الا بأذن . قال ومن أذن لك ؟ قينتك هذه (والقينة هى المغنية) سمعتها تقول : قل للكرام ببابنا يلجوا . فولجنا . فان كنا كراما فقد اذن لنا وان كنا لئاما خرجنا مذمومين

---

(1) لقمان — ٦

فضحك صاحب المنزل وقال صدقت جعلت فداك ما انت الا اكرم الأكرمين ولم ينكر على القوم ما كانوا فيه من ساعة تبسط ولهو لأنهم جميعا أهل الدار .

ان الدين الاسلامى وهو الدين اليسر الذى لم يحرم سماع الغناء أو يجعله مكروها وهو يريح الأعصاب المتعبة والنفوس المكدودة والأعصاب المتوترة والقلوب المهمومة . فلقد سمع النبى صلى الله عليه وسلم لنسوة يتغنين فى وليمة عرس . فلم ينكر ذلك عليهن بل قد استقبلته نساء الأنصار بالدفوف وهن يتغنين بقولهن :

طلع البدر علينا	**من ثنيات الوداع**
وجب الشكر علينا	**ما دعا لله داع**
ايها المبعوث فينا	**جئت بالأمر المطاع**
جئت شرفت المدينة	**مرحبا يا خير داع**

ونعود الى الآية **« ومن الناس من يشترى لهو الحديث »** فان هذه الآية نزلت فى النضر بن الحارث الذى كان يشترى الكتب القديمة والسير للأمم السابقة وتترجم له فيحدث بها قريشا . ويقول انا افضل من محمد ويضاهى بأحاديثه القرآن فكان يشترى القصص ويذيعها بين الناس ليصرف بها الناس عن سماع القرآن فهو يشترى لهو الحديث ليضل الناس فاذا كان الغناء يحل حراما أو يحرم حلالا أو يحرك غرائز نائمة فان كل ذلك حرام فالغناء لشىء من ذلك حرام لأن ما يؤدى الى الحرام حرام وكذلك ان كان سببا فى الالهاء عن الواجب او سبيلا لنشر الميوعة والتسيب بين الناس والا فهو مباح لما له من تأثير على النفس بل أن للموسيقى أثرها فى الدوران الدموى ويخفف ذلك من حدة التوتر فى

الانسان وتخفيف الالم لكثير من المرضى ولنا ان نفتخر بأن اجدادنا السابقين عالجوا الاضطرابات النفسية بالموسيقى والغناء .واذا كان الاســلام قد ارشدنا الى عدم الاسراف فى الطعام والشراب لما فى ذلك من ضرر بالمعدة ويؤثر على كيان الانسان العضوى : وفى الجانب النفسى ارشــدنا الاســلام الى الاعتدال فى الفرح والحزن فالاسراف فيهمـــا يضر كما ان الاكتئاب والكبت يضران بالانسان فلذلك امر الاســلام بالتوسط والاعتدال فى كل شىء **« لكى لا تأسوا على ما فاتكم ولا تفرحوا بما آتاكم(١) »** .. وهذا هو التوازن الــذى امتاز به الاســلام ثم نلحظ دعوة القرآن المتكررة للانسان الى النظر فى آيات الله المبثوثة فى الكون ليتمتع بما فيها من جمال وابــداع والشمس عند شروقها وغروبها والليل والنهار فى اقبالهما وادبارهما والطيور المغردة والعصافير المزقزقة وخرير المياه واندفاع الأمواج كل ذلك فيه من الجمال ما فيه ومما يبعث فى النفس النشاط والترويح **« افلم ينظروا الى السماء فوقهم كيف بنيناها وزيناها وما لها من فروج والأرض مددناها والقينا فيها رواسى وانبتنا فيهـــا من كل زوج بهيج تبصرة وذكرى لكل عبد منيب(٢) »** .

ومن هنا يهتم الاســلام بالصحة النفسية لأنها من العوامل المؤثرة فى كيان الانسان ويدعو اتباعه الى ان يهتموا بالروح كما يهتموا بالجســد والا يطغى جانب على الآخر وعلى الانسان حتى يسعد فى حياته ان يتوســط فى كل شىء فى الحب والكره فى الأخذ والعطاء فىالطعام والشراب فى الفرح والحزن وهــذا ما يدعو اليه الاســلام حفاظا على صحته العامة .

---

(١) الحديد — ٢٣
(٢) ق — ٦/٨

العلاج بالأعشاب

أن الله سبحانه وتعالى الـذى خلق الداء وخلق الدواء ، جعل فى كثير من الاعشاب الدواء لكثير من الأمراض رحمة بالبشرية وتخفيفا عنها والمتتبع للهدى النبوى فى طب الأبدان يجد أن رسول الله صلى الله عليه وسـلم كثيرا ما كان ينصـح فى التـداوى ببعض الأعشاب أو الثمار أو البذور لأمراض معينة فمثلا تقول (أم قيس بنت محصن) فيما رواه مسلم : سـمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول : (عليكم بهذا العود الهندى فأن فيه سبعة أشفية : سعط من العذرة وبلد من ذات الجنب(١)) يسعط من العذرة : ذلك ورم فى أعلى حلق الصبى فاذا دق العود الهندى ووضع عليه زيت ويقطر منه فى أنف الصبى أو يعالج به حلقه فأنه يعالجه كذلك من مرض المعدة والكبد ووجع الجنب وتقرح الأمعاء والعود الهندى خشب كانت تأتى به العرب من الهند له رائحـة طيبة . كذلك : ما جاء فى (الحبة السوداء(٢)) أنها شفاء من كل داء وفيها منافع كثيرة وفيها يقول الرسـول صـلى الله عليه وسلم كما ثبت فى الصحيحين : (عليكم بهذه الحبة السوداء) وهى الكمون الأسود وتسمى الكمون الهندى وحبة البركة كذلك الجمار (وهو

---

(١) فيض القدير للعلامة المناوى ج ٤ ص ٣٥٤ ط. مصطفى محمد .
(٢) فيض القدير للعلامة المناوى ج ٤ ص ٣٥٢ ط. مصطفى محمد .

قلب النخلة : فهو ينفع من نفث الـــدم واستطلاق البطن فقد ثبت فى الصحيحين عن عبد الله بن عمر رضى الله عنه قال : بينما نحن عند رســـول الله صـــلى الله عليه وسلم جلوس . اذ اتى بجمار نخلة فقال النبى صلى الله عليه وسلم ان من الشجر شجرة مثل الرجل المسلم لا يســـقط ورقها) .

(الثلج) كان من دعاء النبى صـــلى الله عليه وسلم ـــ اللهم اغسلنى من خطاياى بالماء والثلج والبرد كما فى الصحيحين والثلج بارد يفيد من تصلب الجسم وأن الداء يداوى بضـــده فاذا وضع الثلج على المريض بالحمى أو ضربة الشمس نفع ذلك فيه .

(الثريد) وهو مركب من خبز ولحم : والخبز افضل الاقوات . واللحم ســـيد الأدام فاذا اجتمعا ففيهمـــا الكفاية : وقد ثبت فى الصحيحين ان النبى صـــلى الله عليه وسلم قال : (فضل عائشة على النساء كفضل الثريد على سائر الطعام(1)) وهو خفيف على المعدة سريع الهضم لذلك جاءت الاشارة اليه بهذا .

(الحناء) تستعمل فى التخفيف من الصداع : فقد روى ابن ماجة أن النبى صـــلى الله عليه وســـلم كان اذا صـــدع غلف راسه بالحناء . ويقول : انه نافع بأذن الله للصداع . وقد روى الترمذى عن (سلمى ام رافع) خادمة النبى صـــلى الله عليه وسلم قالت : كان لا يصيب النبى صـــلى الله عليه وسلم قرحة ولا شوكة الا وضع عليها الحناء .

وقد روى البخارى فى تاريخه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم ما شكى اليه أحد وجع فى راســـه الا قال له : (احجم) ولا شكى اليه وجعا فى رجليه الا قال له : (اختضب بالحناء) .

---

(1) فيض القدير للعلامة المناوى ج ٤ ص ٤٣٦ ط. مصطفى محمد .

واذا بدا الجدرى (يخرج من الصبى فخضبت أسافل رجليه بحناء فانه يؤمن على عينيه ان لا يخرج فيهما شىء منه . والحناء اذا الزمت به الأظافر معجونا حسنا ونافعا واذا عجن بالسمن وضمد به بقايا الأورام الحارة التى ترشح ماء أصـــفر نفعها ونفع من الجرب المتقرح المزمن وهو ينبت الشعر ويقويه ويحسنه ومما يذكر : أن رجـــلا شققت أظافر أصبع يده ، وأنه بذل لمن يبرئه مالا فلم يجد فوصفت له امرأة أن يشرب عشرة أيام حناء فلم يقدر عليه ثم نقعه بماء وشربه فبرىء ورجعت أظافره الى حسنها .

(اللبان) . شكى رجل الى الامام على أنه كثير النسيان . فقال عليك باللبان فانه يشجع القلب ويذهب بالنسيان : ويذكر عن أنس رضى الله عنه أن رجـــلا شكى اليه النسيان فقال عليك (بالكندر) وانقعه من الليل فاذا أصبحت فخذ منه شربة على الريق فانه جيد للنسيان . واللبان ينفع فى وجع المعدة واستطلاق البطن ويهضم الطعام ويترك الريح ويجلو قروح العين ويجلو ظلمة البصر ويمنع القروح الخبيثة من الانتشار .



الماء « الماء هو مادة الحياة وسيد الشراب والمـــاء البارد يقمع الحرارة ويحفظ على البدن رطوبته الأصلية ويرد عليه بدل ما تحلل منها . والمـــاء مادة حياة الحيوان والنبات بحيث اذا

اخذ منه العطشان حصل له الرى وتراجعت اليه قواه ونشاطه وحيويته وصبر على الطعام واذا خالطه شيء كالعسل او الذبيب أو التمر او السكر كان من أنفع ما يدخل البدن وحفظ عليه صحته .

وكان النبى صلى الله عليه وسلم يستعذب له المـــاء ويختار البارد منه وكان أحب الشراب الى رســـول الله صلى الله عليه وسلم الحلو والبارد .

والماء فى القرب والشنان الذ من الذى بكون فى آنية الفخار والأحجار لأن للقرب والشنان خاصية لطيفة لمـــا فيها من المسام المتفتحة يرشح منها المـــاء ولهذا المـــاء الذى فى الفخار الذى يرشح الذ منه وأبرد فى الذى لا يرشح .

وكان من هـــدى النبى صـــلى الله عليه وسلم الشرب قاعدا : وكان يشرب من زمزم وهو قائم وكان يتنفس فى الشراب ثلاثا ويقول : انه أروى وأمرأ وأبرأ وكان ينهى عن الشرب على

البطن وكل ذلك من باب الصحة العامة والحرص على سلامة أمته ومن آفات الشرب نهلة واحدة لأنه يخاف منه الشرق فيغص به : أما فائدة الشرب ثلاثا فذلك أن الشارب اذا شرب أول مرة تصاعد البخار الدخانى الحار الذى كان على القلب والكبد لورود الماء البارد عليه : أما اذا شرب مرة واحدة فأن الماء والدخان يتعالجان ويتدافقان فيحدث الشرق والغصة ولا يهنأ الشارب بماء ولا يتم ريه : وصدق رسول الله صلى الله عليه وسلم اذ يقول : روى البيهقى بسنده عن أنس رضى الله عنه قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (مصوا الماء مصا ولا تعبوا عبا(١)) .

وما رواه الترمذى عن النبى صلى الله عليه وسلم — (لا تشربوا نفسا واحدا كشرب البعير ولكن اشربوا مثنى وثلاثا ورباعا وسموا اذا أنتم شربتم واحمدوا اذا أنتم فرغتم(٢)) (وللتسمية فى أول الطعام أو الشراب وحمد الله فى أخرها تأثير عجيب فى نفعه واستمرائه ودفع مضرته يقول الامام أحمد اذا جمع الطعام أربعا فقد كمل : اذا ذكر اسم الله فى أوله وحمد الله فى آخره وكثرت عليه الأيدى وكان من حل) .

وأفضل المياه على الاطلاق (ماء زمزم) ذلك لأنه سيد المياه واشرفها واجلها قدرا وفيها يقول الرسول صلى الله عليه وسلم — (ماء زمزم لما شرب له(٣) فان شربته تستشفى به شفاك الله وان شربته مستعيذا أعاذك الله وان شربته ليقطع ظمأك قطعه) .. يقول ابن القيم : لقد جربت أنا وغيرى من الاستشفاء بماء زمزم أمورا عجيبة واستشفيت به من عدة أمراض

---

(١) كشف الخفا للعجلونى ج ٢ ص ٢٩٦ ط. التراث الاسلامى .
(٢) سنن الترمذى ج ٣ ص ٢٠١ ، ٢٢٢ ط. المدنى (١٣٨٤هـ — ١٩٦٤م) .
(٣) فيض القدير للعلامة المناوى ج ٥ ص ٤٠٤ ط. مصطفى محمد .

فبرئت بأذن الله وشاهدت من يتغذى به لأيام قريبا من نصف شهر او اكثر ولا يجد جوعا ويطوف مرارا مع الناس .

يقول ابو ذر رضى الله عنه كما رواه مسلم : وغيره اقمت بين الكعبة واستارها ثلاثين ما بين يـــوم وليلة . وقال لى النبى صلى الله عليه وسلم (من كان يطعمك ؟ . قلت : ما كان لى من طعام الا ماء زمزم فسمنت حتى تكسرت عكن بطنى . وما أجد على كبدى سخفة جوع . فقال انها مباركة وانها طعام طعم) وصدق الله العظيم : ((**وجعلنا من المـــاء كل شىء حى**)) .

(نبق) هو ثمر شجر السدر : يعقل الطبيعة وينفع من الاسهال ويدبغ المعدة ويسكن الصفراء ويشهى الطعام وهو بطىء الهضم . ذكر ابو نعيم فى كتابه (الطب النبوى) مرفوعا ان آدم لمـــا هبط الى الأرض كان أول من اكل ثمارها النبق .

وفى الحديث المتفق على صحته : أن النبى صلى الله عليه وسلم — ذكر النبق وانه راى سدرة المنتهى ليلة اسرى به واذا نبقها مثل قلال هجر .

(بلح) روى النسائى وابن ماجة عن السيدة عائشة رضى الله عنها أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : كلوا البلح بالتمر كلوا الخلق بالجديد فان الشيطان اذا رآه غضب وقال عاش ابن آدم حتى أكل الخـــلق بالجـــديد(١) . قـــال بعض أطبـــاء المسلمين : انما أمر النبى صـــلى الله عليه وسلم بأكل البلح بالتمر لأن البلح بارد يابس والتمر حار رطب ففى كل منهما اصلاح للآخر وفى ذلك ما فيه من مراعاة التدبير الـــذى يصلح فى دفع كيفيات

(١) فيض القدير للمناوى جـ ٥ ص ٤٤ ط. مصطفى محمد .

الأغذية والأدوية بعضها ببعض ومراعاة القانون الطبى الـــذى تحفظ به الصحة .

(بيض) يختار الحديث منه على القديم وبيض الدجاج أفضل انواع البيض وبياض البيض اذا قطر فى العين الوارمة ورما حارا برده وسكن الوجع واذا لطخ به حرق النار لم يدعه ينتفخ . وله مدخل فى تقوية القلب .

(تمر) هو مقوٍّ للكبد ملين للطبع ويبرىء من خشونة الحلق وهو من اكثر الثمار تغذية للبدن واكله على الريق يقتل الدود . فانه على حرارته فيه قوة ترياقية . فاذا اديم استعماله على الريق جفف مادة الدود واضعفها وقلله وقتله : وهو فاكهة وغذاء ودواء وحلوى والتمر ما جفف من ثمر النخل . وقـــد قال النبى صلى الله عليه وسلم (بيت لا تمر فيه جياع أهله(١)) اخرجه احمد ومسلم وقد ثبت فى الصحيح عن النبى صلى الله عليه وسلم (من تصبح بسبع تمرات لم يضره فى ذلك اليوم سم ولا سحر .

(التين) لم يأت له ذكر فى السنة لكن الحق سبحانه قد اقسم به فى كتابه لكثرة منافعه وفوائده : ومن منافعه أنه يجلو رمل الكلى والمثانة ويدفع خشونة الحلق والصدر وقصـــبة الرئة ويغسل الكبد والطحال ويغذى البدن غذاء جيدا واكله على الريق ينفع مجارى الغذاء . يذكر عن ابى الدرداء . قال : أهدى للنبى صلى الله عليه وسلم طبق من تين فقال : (كلوا) واكل منه . وقال : (لو قلت أن فاكهة نزلت من الجنة قلت : هـــذه) (لأن فاكهة الجنة بلا عجم فكلوا منها فانها تقطع البواسير وتنفع من النقرس) .

---

(١) فيض القدير للمناوى ج ٣ ص ٢٠٦ ط. مصطفى محمد .

(حلبة) اذا طبخت الحلبة بالماء لينت الحلق والصدر وسكنت السعال والخشونة والربو وعسر النفس وهى جيدة لطرد الريح ودقيقها اذا خلط بالنطرون والخل وضمد به حلل ورم الطحال واذا جلست المرأة فى المـاء الذى طبخت فيه الحلبة تنتفع به من وجع الرحم العارض واذا أكلت مطبوخة بالتمر او العسل أو التين على الريق حللت البلغم وفى الحديث عن رســول الله صلى الله عليه وسلم (استشفوا بالحلبة) وقال بعض الأطباء : لو علم الناس منافعها لاشتروها بوزنها ذهبا : وهى نافعة من الحصر . واذا وضعت على الظفر المتشنج أصلحته .

(حب الرشاد) قال أبو حنيفة الدينورى : هذا هو الحب الذى يتداوى به وهو الشفاء الــذى جاء فيه الخبر عن النبى صلى الله عليه وسلم فيما رواه أبو داود من حديث ابن عباس رضى الله عنهما أنه قال (ماذا فى الأمرين من الشفاء ؟ الشفاء والصبر) ونباته يقال له الحر وقال جالينوس : قوته مثل قوة بذر الخردل ولذلك قد يسخن به أوجاع الورك المعروفة (بعرق النساء وأوجاع الرأس) .

(خل) اذا شرب الخل بالملح نفع واذا تمضمض به مسخنا نفع من وجع الأسنان وخل الخمر ينفع المعدة الملتهبة ويقمع الصفراء ويحلل اللبن والدم اذا جمد فى الجوف ينفع الطحال ويعين على الهضم . روى مسلم فى صحيحه أن رســول الله صــلى الله عليه وسلم سأل أهله الادام فقالوا ما عندنا الا خل فدعا به وجعل يأكل ويقول : (نعم الادام الخل وفى سنن ابن ماجة عن النبى صلى الله عليه وسلم (نعم الادام الخل ولم يفتقر بيت فيه خل(1)) .

---

(1) سنن ابن ماجه بشرح السندى ج ٢ ص ٣١٤ ط. التازية الاولى .

(ريحان) هو كل نبت طيب الريح وكل اهل بلد يطلقون عليه اسما معينا : فأهل المغرب يسمونه (الآس) ويعرف بهذا الاسم كذلك عند العرب واهل الشام والعراق يسمونه الحبق وهو قاطع للاسهال الصفراوى دافع للبخار الحار الرطب اذا شم : مفرح للقلب مانع للوباء يبرىء الأورام الحادثة فى الحالبين . اذا دق ورقه وهو غصن وضرب بالخل ووضـــع على الراس قطع الرعاف واذا دلك به البدن قطع العرق . واذهب فتن الابط واذا جلس فى طبيخه نفع من خروج المقعدة والرحم . واسترخاء المفاصل ويجلو تشور الراس ويمسك الشعر المتســـاقط ويســـوده وهو مدر للبول نافع من لذع المثانة (حرقان البول) .

جاء فى صحيح مسلم عن النبى صـــلى الله عليه وسلم من عرض عليه ريحان فلا يرده فانه خفيف المحمل طيب الرائحة .

(رمان) يطفىء حرارة الكبد ويقوى الاعضاء ، جيد للمعدة نافع للحلق والصدر والرئة ومن الخفقان الصفراوى والآلام العارضة للقلب ويقوى فم المعدة ويدفع الفضول عنها واذا استخرج ماؤه بشحمه وطبخ بيسير من العسل حتى يصير كالمرهم واكتحل به قطع الصفرة من العين ونقاها من الرطوبات الغليظة واذا لطخ على اللثة نفع من الآكلة العارضة ويدر البـــول ويمنع من القىء ويقطع الاســـــهال وماؤه ملين للبطن روى عن على كرم الله وجهه (كلوا الرمان بشحمه فانه دباغ المعدة) .

(الزيت) الذى يعتصر من الزيتون : فـــان كان الزيتون أحمر — فهو متوسط بين المعتصر من النضيج ومن الفج لأن اعدل الزيت ما أخـــذ من زيتـــون نضـــيج : وأما ما اخذ من الزيتون الأســـود فانه يسخن ويرطب باعتدال وينفع من السموم ويطلق البطن ويخرج الدود .

هذا وماء الزيتون المالح يمنع من تنقط حرق النار ويشد اللثة فقد جاء فى الخبر عن أبى هريرة رضى الله عنه (كلوا الزيت وادهنوا به فانه من شجرة مباركة) وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يقصد قول الله تعالى « **وشجرة تخــرج من طور سيناء تنبت بالدهن وصبغ للآكلين(1)** » .

(السمك) أصناف السمك كثيرة واجود السمك ما لذ طعمه وطاب ريحه وكان رقيق القشرة ولم يكن صــلب اللحم ولا يابسه وما كان فى ماء عذب جار لأنه لا تقذر فيه وهو مكشـــوف للشمس والرياح وما يؤخذ من المـــاء المالح جيد . وهو ملين للبطن واذا ملح وعتق وأكل صفى قصبة الرئة وجود الصوت وأجود ما فى السمك ما قرب من مؤخرها والطرى الســـمين منه يخصب البدن وقد قال رسول الله صـــلى الله عليه وسلم فيما رواه الامام أحمد أحلت لنا ميتتان ودمان : السمك والجراد والكبد والطحال .

(السلق) ينفع من داء (الثعلب) والكلف والحزاز والتآليل اذا طليت بمائه يقتل القمل ويطلى به (القوباء) مع العسل ويفتح سدد الكبد والطحال .

(السنا) وهو نبت حجازى يســـهل الصفراء والسوداء ويقوى القلب ويفتح العضل وشرب مائه مطبوخ أصلح من شربه مدقوق وفى سنن ابن ماجه ان عبد الله بن أم حرام سمع من رسول الله صلى الله عليه وسلم قوله (عليكم بالسنا والسنوت فان فيهما شفاء من كل داء الا السام قيل يا رســـول الله : وما السام ؟ قال : المـــوت .

وروى الترمذى فى جامعه وابن ماجــه فى ســننه من حديث

(1) المؤمنون — ٢٠

أسماء بنت عميس قالت : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (بماذا كنت تستمشين) ؟ قالت بالشبرم .

قال (حار حار) ثم قالت استمشيت بالسنا . فقال : (لو كان شيء يشفي من الموت لكان السنا وقول الرسول صلى الله عليه وسلم (حار حار) هو الشديد الاسهال وقول اسماء (الشبرم) وهو قشر عرق شجرة معروفة بالحجاز واما السنا فهو ما يطلق عليه عند المصريين (السلاميكا) وهو ملين للطبيعة واما (السنوت) فهو اما العسل واما الكمون الكرماني. أو التمر والسلاميكا اذا خلط بالعسل والسمن يكون أصلح للمعدة . وقد جاء في حديث الترمذي (أن خير ما تداويتم به السعوط والدود والحجامة والمشي هو الذي يمشي الطبع ويلينه ويسهل خروج الخارج والصعود هو ما يجعل في الأنف من الدواء وكذلك اللدود(١)) .

علاج عرق النسا : وعرق النسا هو وجع مبتدأ من مفصل الورك من خلف أعلى الفخذ وربما امتد على الكعب وكلما طالت مدته زاد نزوله ويهزل معه الرجل والفخذ وسمى النسا لأن آلامه ينسى ما سواه . وقد روى ابن ماجة في سننه عن أنس ابن مالك يقول سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول (دواء عرق النسا اليه شاة أعرابية تذاب ثم تجزأ ثلاثة أجزاء ثم تشرب على الريق في كل يوم جزءا(٢)) .

وتعيين الشاة الأعرابية لأنها ترعى أعشابا بالبر كالشيح والقيصوم وهذه النباتات اذا تغذى بها الحيوان صار في لحمه من طبعها بعد أن يلطفها تغذيته بها . ويكسبها مزاجا الطف منها

---

(١) جامع الأحاديث للسيوطي جـ ٢ ص ٤٠٩
(٢) زاد المعاد في هدى خير العباد لابن القيم جـ ٣ ص ٨٦ ط. مصطفى البابي الحلبي (١٣٦٦هـ — ١٩٥٠م) .

ولا سيما الالية فظهور فعل هـذه النباتات فى اللبن اقوى منه فى اللحم ولكن الخاصية التى فى الالية من الانضاج والتليين لا توجد فى اللبن . وكـلام رسول الله صـلى الله عليه وسلم (هنا ينسحب على العرب واهل الحجاز ومن جاورهم ولا سـيما أعراب البوادى لأن هذا المرض يحدث من يبس وعلاج ذلك الاسـهال والآليـة) فيها الانضاج والتليين وهـذا دواء لذلك المرض .

علاج ذات الجنب :

وذات الجنب هو مرض يعرض فى نواحى الجنب يعرف بورم يعرض فى نواحى الجنب فى الغشـاء المستبطن للأضلاع واحيانا يكون على غير هيئته الحقيقية فيصاب الانسان بألم يشبهه بسبب رياح مؤذية تحتقن بين الصفاقات فتحدث وجعا قريبا من وجع ذات الجنب الحقيقى : قال (ابقراط) أن أصحاب ذات الجنب ينتفعون بالحمام . وذات الجنب من الأمراض الخطيرة وعلاجه كما يقول الرسول صـلى الله عليه وسلم فى الحديث الذى رواه الترمذى (تداووا من ذات الجنب بالقسط البحرى والزيت) والقسط البحرى هو (عود هندى) يدق ناعما ويخلط بالزيت المسخن ويدلك به مكان الألم أو يلعق . فـان ذلك دواء نافع ان شاء الله . محلل لمـادة المرض مذهب لها . مقوِّ للأعضاء الباطنة مفتح لسدد يحبس البطن ويقوى الأعضاء ويطرد الريح ويذهب فضل الرطوبة .

(اللبن) لبن البقر يغذى البدن ويخصبه ويطلق البطن باعتدال وهو من اعدل الألبان وافضلها وقـد جاء فى حديث مرفوع : (عليكم بألبان البقر فانها ترتم من كل الشجر) ولبن الضـأن فيه دسومة وزهومة . ولذا يولد فضولا بلغميه ويورث فى الجلد بياضا أما لبن الماعز فهو لطيف معتدل نافع من قروح الحلق والسعال اليابس وأما

لبن الابل فهو ملائم لبدن الانسان كثير المنافع واجود ما يكون اللبن حين يحلب .

واللبن من الادلة الظاهرة على قدرة الله تعالى يقول الله تعالى :

« وان لكم فى الانعام لعبرة نسقيكم مما فى بطونه من بين فرث ودم لبنا خالصا سائغا للشاربين(١) » .

وفى الحديث عن أهل الجنة وما هم فيه من نعيم **« وانهار من لبن لم يتغير طعمه(٢) »** وفى الحديث المرفوع ومن سقاه الله لبنا فليقل اللهم بارك لنا فيه وزدنا منه فانى لا اعلم ما يجزى من الطعام والشراب الا اللبن .

(عنب) وهو غذاء وفاكهة ودواء وشراب : والذى يؤكل منه بعد قطفه بيوم أو اثنين أفيد من الذى يؤكل بعد قطفه : وهو يسهل الطبع ويسمن وهو احد الفواكه الثلاث التى هى ملوك الفواكه وهو والرطب والتين — ولقد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يحب العنب والبطيخ وهو من أكثر الفواكه منفعة وافضل أنواعها وهو يؤكل رطبا ويابسا واخضر ويانعا . كالزبيب وما شاكل ذلك .

(عجوة) العجوة من الين التمر واطيبه والذه وهو مفيد للجسم ففى الصحيحين عن النبى صلى الله عليه وسلم انه قال : (من تصبح بسبع ثمرات عجوة لم يضره ذلك اليوم سم ولا سحر) وفى سنن النسائى وابن ماجة (العجوة من الجنة وهى شفاء من

---

(١) النحل — ٦٦
(٢) محمد — ١٥

السم) والكمأة من المن وماؤها شفاء للعين والكمأة تكون فى الأرض من غير أن تزرع وسميت كمأة لاستتارها ومنه كمأ الشهادة اذا سترها واخفاها والكمأة لا ورق لها ولا ســـاق وهى من اطعمة اهل البوادى وتسمى عندهم نبات الرعد وتكثر بأرض المغرب واجودها ما كانت ارضها رملية قليلة المـــاء والاكتحال بمائها نافع لجلاء العين ويزيل ظلمة البصر ويشفى من الرمد الحار (كتم) هو ينبت بالســـهول وورقه قريب من ورق الزيتون وله ثمر قدر حبة الفلفل فى داخله نوى واذا أفرخ أسود واذا استخرجت عصارة ورقه وشرب منها قدر أوقية قيأ قيئا شديدا وينفع من عضة الكلب وقال بعض اهل البادية : بذر الكتم — اذا اكتحل به حلل المـــاء النازل فى العين . وقد ثبت فى الصحيحين أن أبا بكر رضى الله عنه اختضب بالحناء والكتم (وروى البخارى عن عبد الله بن وهب قال : دخلنا على أم ســـلمة رضى الله عنها فأخرجت الينا شعرا من شعر رســـول الله صـــلى الله عليه وسلم — فاذا هو مخضوب بالحناء والكتم) .

وفى سنن ابى داود عن ابن عباس رضى الله عنهما قال : مر على النبى صـــلى الله عليه وسلم — رجل قد خضب بالحناء والكتم . فقال : هـــذا أحسن من هذا) .

« كرفس » مفتح لسداد الكبد والطحال وورقه رطبـــا ينفع المعدة ويدر البول والطمث ويفتت الحصاة وحبه أقوى فى ذلك وينفع من البخر .

« قصب السكر » ينفع فى السعال ويجلو الرطوبة والمثانة وقصبة الرئة ويدر البول قد جعله الله شفاء ودواء وحلاوة وقد جاء فى حديث : ماؤه أحلى من السكر . وهو مسكن للعطش وهو يضر المعدة التى تتولد فيها الصفراء .

« يقطين » وهو القرع ويعرف عند البعض « بالدباء » وهو

ملين للبطن كيفما استعمل واذا عصرت الواحدة منه وخلط ماؤها بدهن الورد وقطر منها فى الأذن نفعت من الأورام الحارة وكذلك من أورام العين . ومن النقرس وهو شديد النفع لأصحاب الأمزجة الحادة والمحمومين واذا لطخ بعجين وشــوى فى الفرن واستخرج ماؤه وشرب ببعض الأشربة اللطيفة سكن حرارة الحمى الملتهبة وقطع العطش وغذى غذاء حسنا . لذلك هو من الطف الأغــذية وأسرعها انفعالا ولقد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يكثر من أكله . وفى الحديث عن عائشة رضى الله عنها قالت قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (يا عائشة اذا طبختم قدرا فأكثروا فيها من الدباء فانها تشد قلب الحزين) ودخل رجل على أنس بن مالك رضى الله عنه وهو يأكل القرع ويقول : يالك من شجرة ما احبك الا لحب رسول الله صلى الله عليه وسلم أياك .

« نرجس » زهرة معتدلة الحرارة فيه تحليل قوى يفتح سدد الدماغ والمنخرين وينفع من الصداع والزكام وأوجاع الرأس وشمه يقوى القلب . وفى الأثر : عليكم بشم النرجس فان فى القلب حبة الجنون والجذام والبرص لا يقطعها الا شم «النرجس» واذا طبخ وشرب ماؤه أو أكل مسلوقا هيج القىء وجــذب الرطــوبة من قعر المعدة .

« الشعير » هو نافع للسعال وخشونة الحلق مدر للبول . لقد كان من عادة العرب أن يتخذوا ماء الشعير مطحونا وهو أكثر تغذية وأقوى فعــلا واعظم جلاء للبصر روى ابن ماجه من حديث عائشة رضى الله عنها قالت : كان رسول الله صلى الله عليــه وسلم اذا أخذ أحدا من أهله الوعك أمر بالحساء من الشــعير فصنع ثم أمرهم فحسوا منه ثم يقــول : انه ليرو فؤاد الحــزين ويسرو عن فؤاد السقيم كمــا تسرو أحداكن الوســخ بالماء عن وجهها . ومعنى ليرو: بشده ويقويه. ويسرو: يكشف ويزيل «اثمد» هو حجر الكحول الأسود واجوده السريع التفتيت الذى لفتاته بصيص

داخله املس ليس فيه شيء من الأوساخ وهو ينفع العين ويقويها ويشد اعصابها ويحفظ صحتها ويذهب اللحم الزائد فى العين وينقى اوساخها ويجلوها ويذهب الصداع ولقد كان لرسول الله صلى الله عليه وسلم مكحلة يكتحل منها ثلاثا فى كل عين . وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يأمر بالاثمد عند النوم كما فى حديث أبى داود لانه له عند النوم مزيد فضل لسكون العين عن الحركة وروى ابن ماجه فى سننه مرفوعا عليكم بالاثمد فانه يجلو البصر وينبت الشعر ، وكذلك (خير اكحالكم الاثمد يجلو البصر وينبت الشعر) .

« زنجبيل » ذكر ابو نعيم من حديث ابى سعيد الخدرى رضى الله عنهما قال : اهدى الروم الى رسول الله صلى الله عليه وسلم ذرة زنجبيل فاطعم كل انسان قطعة . ذلك لأنه معين على الهضم وملين للبطن ونافع من سدد الكبد العارضة عن البرد والرطوبة ومن ظلمة البصر الحادثة عن الرطوبة معين على الجماع محلل للرياح الغليظة الحادثة فى الامعاء والمعدة « سواك » هو الذى يتخذ لتنظيف الأسنان من خشب (الاراك) وهو ينظف الأسنان ويجليها وينقى الدماغ ويطيب نكهة الفم ويشد اللثة ويقطع البلغم ويجلو البصر ويصفى الصوت ويعين على هضم الطعام ويسهل مجارى الكلام ويمنع الحفر « اى تآكل الأسنان » وقد صح عن رسول الله صلى الله عليه وسلم كما فى الصحيحين « لولا ان اشق على امتى لامرتهم بالسواك عند كل صلاة » وفى صحيح البخارى (السواك مطهرة للفم مرضاة للرب) . وينبغى القصد فى استعماله واجود ما استعمل السواك مبلولا بماء الورد فانه يصفى الحواس وينقى الذهن .

ونحن لا نحب ان نسترسل فيما جاء على لسان سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم من فوائد بعض الأعشاب والنباتات والزهور لاننا ان أردنا ذلك احتجنا الى العديد والعديد من الصفحات ويكفى ان نعلم انه منذ قديم الزمن والبشرية تعرف الأعشاب الطبيعية

وتعتبرها هدية مباركة من الله سبحانه وتعالى لأن من فضله وكرمه انه جعل فى الخضروات سواء أكلت مطبوخة او طازجة قوة تمد الانسان بالمناعة الطبيعية ضد الأمراض بل ان فى الكثير ما يعيد الصحة الى من فقدها او تثبتها أو تزيدها . ولذلك نلحظ ان افضل علاج هـو ما نأخذه عن طريق تلك الخضروات بمقادير معينة وأوقات متفاوتة وبطريقة منظمة لأنها بذلك تحافظ على نشاطنا وحيوياتنا .

كذلك هناك بعض الأعشاب الطبيعية التى يتخذها الانسان مشروبا دائما فان فى هذه الأعشاب مواد فعالة لها دور مهم فى تنظيم امتصاص المواد المؤثرة فى الجسم . وهذه المواد تجعل تأثيرها اقل حدة واكثر امانا للانسان ولعلنا نذكر فى سياق هذا ان قدماء المصريين واليونان والرومان والعرب توارثوا علم تلك الأعشاب الطبيعية فهناك :

١ ــ التليو : ينشط جهاز المناعة فى الجسم ويعطيه المناعة ضد البكتيريا والفيروسات .

٢ ــ الجوافة : سواء شربت بعد غلى أوراقها او اكلت فانها تلطف الكحة وتساعد على طرد البلغم وتخفض الحرارة .

٣ ــ النعناع والشمر والعرقسوس والكمون والخلة : كل هذه الأشياء لها عمل عظيم فى تطهير الجهاز التنفسى وازالة الانتفاخ المصاحب لنزلات البرد كما انها تفيد الأطفال الصغار اكثر لأنهم بتعاطيها يكتسبون مناعة قوية ضد نزلات البرد ويحتفظون بحيويتهم .

وقد لوحظ أنها تخفف الضغط العصبى سواء كان ناتجا من عمل مضن أو من اثر ضوضاء تسبب قلق الانسان وكل ذلك له اثر فى اضطرابات المعدة والأمعاء وينعكس ذلك على صحة الانسان النفسية والبدنية .

وبشرب هذه الأشياء الطبيعية يمنح الانسان راحة تساعده على نوم هادىء وقد تم تجربة ذلك فى الشبت واليسنون والكراويا اضافة الى ما سبق فلوحظ ان تعادلى هذه الأشـــياء تنظم الجهاز الهضمى وتزيل الانتفاخ الناتج عن الاضطرابات النفسية والبدنية . كما انها تزيل الصداع وما يصاحبه من الأعراض الجانبية . ومن الأمراض الحديثة المنتشرة فى عصرنا هذا : « السكر » ونحن ننصح اولا بأن يزور المريض الدكتور لينظم له اســـلوب حياته فى المأكل والمشرب ولكن ثبت ان هذه الأشياء تنشط الجهاز الهضمى وتزيل الالتهاب المعوى خاصة « الدمسيسة » فهى تدر البول وتخفف حدة المرض السكرى . ولقد عرف الأقدمون ما فى « الشيكوريا » من عامل عظيم فى التخلص من السمنة الناتجة من كثرة الطعام وقلة الحركة وكذلك الكرفس مع تطهير هذه الأشياء للمعدة اما «الكركم» وهو عشبى كذلك يعيـــد وظيفـــة الكبد الى طبيعتها ويخفف آلام المرارة . وينشط الكبد ويزيد افرازات المرارة .

وهذه الأشياء : من الأفضل أن تؤخذ من أرض جيدة التربة لم يخالطها مواد كيمائية ولا مبيدات حشرية وانما تكون على أصل خلقتها كمـــا أنبتها لنا ربنـــا القـــائل : **« وان تعـــدوا نعمة الله لا تحصوها(١) »** وقوله : **« وما بكم من نعمة فمن الله(٢) »** .

واذا كان الأقدمون قد تعرفوا على هذه الأشياء بالهام الله لهم فلأن الناس كانوا على أصل فطرتهم المتصـــفة بالنقاء والصفاء وبمرور الزمن بعد ما فسدت الطبائع والأخـــلاق وفقد الانسان حاسة الذوق الجمالى تأسس لذلك علم يسمى علم الصيدلة :

---

(١) النحل — ١٨
(٢) النحل — ٥٣

الصيدلية

فأخذ يبحث فى معرفة العقاقير الطبية : النباتات بأجناسها والأعشاب بأنواعها وطريقة ما يختار منها وما يذاب وما يطبخ ومدى قوة الدواء وتأثيره . وأصبح الصيدلى عالما يبحث بين النباتات المختلفة فى الشكل ومعرفة منابتها . وأصل تربتها : ولقد نبغ فى هذا العلم من علماء المسلمين (الامام الكندى) وابو بكر الرازى ولقد الف الرازى فى علم الصيدلة العديد من المؤلفات : وأن التاريخ ليشهد انه لولا المسلمون الذين قاموا بترجمة العلوم ومعارفها خاصة علم (الطب) و (الصيدلة) واضافوا الى ذلك العديد والعديد من مبتكراتهم وما توصلوا انيه لضاع هذا العلم وفقدت النهضة الحديثة مقوماتها العلمية والحضارية .

جاء فى كتاب (قصة الحضارة) لـ (ديوارت) أن الفضل يعود للعرب فى تأسيس أول مدرسة للصيدلة ووضع التآليف الممتعة فى هذا الموضوع .

ولقد ظهر فى هذا الزمان بعض الأدوية المركبة كيمائيا ، ومما لا يختلف فيه اثنان ان المواد الكيمائية المصنعة لها تاثير فى جسم الانسان لعدم التجانس والتوافق .

فالانسان صنعة الله وخلق الكون وما فيه لراحته ، وأوجد فيه ما يلائم جسمه وتتفق مادته مع مادة ما خلقه الله أما

ما يصنعه الانسان من مـــواد قد لا تتلائم مع جســـم الانسان وهنا يكون التناقض وعـــدم التوافق ، لذلك كثر الأطباء فى زماننا وآلام البشرية تزداد وطأتها هنا وهناك لذلك كثرت المستشفيات التى كانت تســـمى فى صـــدر الاســـلام (البيمارستان) وهى كلمة فارسية (فبيمار) معناها مريض و (ستان) معناها — دار — فتكون الجملة (دار المريض) وأول من فعل ذلك هو ســـيدنا محمد صلى الله عليه وسلم — فى غزوة الخندق عندما أصيب (سعد بن معاذ) فنصب له خيمة فى المسجد ووضعه فيها ليعوده أصحابه من قريب وتم تمريضه .

انه لمن المعلوم فى دين الاســـلام انه ينبغى الاستعانة فى كل علم وصناعة بأعلم من فيها فان ذلك الى الاصابة أقرب . وعلينا أن نسأل الأطباء العارفين بأنواع المرض ولا نستعمل الأدوية سواء كانت مصنعة كيمائيا أو مأخوذة من الأعشاب الا باستشارة طبيب عارف متخصص والذين يمارسون مهنة الطب أو الصيدلة . ولم يكونوا من العارفين بهذه المهنة وأصولها وقواعدها . فكل واحد ضامن اذا هلك من يعالجه : روى أبو داود والنسائى أن رسول الله صـــلى الله عليه وســـلم قال : (من تطبب ولم يعلم منه الطب قبل ذلك فهو ضامن) أى من ادعى أنه طبيب وهو ليس كذلك فقد هجم بجهله على اتلاف النفس واقـــدم بالتهـــور على ما لم يعلمه (قد غرر بالعليل) ومن المعلوم فى دين الاسلام أن من سئل عن شىء لا يعلمه فقـــال لا أدرى فقد أفتى والله تعالى يقول : **« ولا تقولوا لمـــا تصف السنتكم الكذب هـــذا حلال وهـــذا حرام لتفتروا على الله الـــكذب ان الذين يفتـــرون على الله الكذب لا يفلحون(١) »** .

---

(١) النحل — ١١٦

والمقصود ان الانسان عليه ان يلتـــزم الأدب مع نفسه ومع الناس فلا يفتى بغير علم ولا يصـــف شيئا ليس من مهنته وانما عليه أن يحيل كل شيء مما لا يعلمه الى أهل الاختصاص وهم الذين اشـــار اليهـــم الحق فى قوله « **فاســـالوا أهل الذكر ان كنتم لا تعلمون**(١) » وعلى الانســـان أن لا يتعـــود الادمان فى تعاطى الأدوية لأن هـــذه لها تأثير واضح على الجهاز العصبى المركزى والجسم يظهر تحمـــلا لهذه الأدوية اذا استعملت لفترة ما حسب نوع الدواء .

اما اذا اشار الطبيب المعالج بالاســـتمرار فيجب الالتزام برأيه لأنه الاعرف بطبيعة الـــداء والدواء مع الصبر عليه ان كان مرا أو يشعر الانسان بألم عند تعاطيه كالحقن وما شاكلها فان الصبر ضـــياء . والله تعـــالى يقـــول « **واستعينوا بالصـــبر والصلاة**(٢) » والانسان وهو يتعاطى الدواء بأمر الأطباء عليه أن يرضى بقضاء الله وقدره ولا يتسخط فان من يصبر يصبره الله .

وبعد : فاننا اذ نسوق هـــذا من هـــدى رسول الله صلى الله عليه وسلم وتوجيهاته فعلينا أن نلحظ اختلاف الزمان والمكان والمناخ الاجتماعى فالزمان فى عهد رسول الله صلى الله عليه وسلم كان أصلح بجسم الانسان ، لأنه لم تكن هناك المفاعلات الذرية ولا النفايات النووية ولا الاشعاعات الناتجة عن كل ذلك مما انعكس تأثيره على الجو العام كذلك المكان : كانت التربة على طبيعتهـــا وخصوبتها . فليست هناك مقومات كيمائية ولا مبيـــدات حشرية والأرض على طبيعتها جيدة العطاء . والشجر فيها قوى النماء . كذلك المناخ الاجتماعى : ليست هناك اضطرابات عصبية ولا ضغوط

---

(١) الانبيـــاء ـــ ٧
(٢) البقـــرة ـــ ٤٥

نفسية لأنهم يعيشون مع بعضهم فى جو اجتماعى هادىء يتسم بالحب والأخوة والتعاون والتضامن : من معه يعطى من ليس معه ومن عنده سعة المنزل يملك من ليس عنده سعة بروح كلها ايمان وصفاء : لم تكن لديهم مشاكل العصر من أزمات اقتصادية شعارها قلة الدخل وغلاء السعر وانانية تجعل من يملك يتحكم فى من لا يملك : يصاحب الضغط الاقتصادى ضغط نفسى ناتج عن الضوضاء المحيطة بالانسان : والصراخ الذى يعايش الانسان حتى فى حجرة النوم : مما جعل الأعصاب تتوتر . أضف الى ذلك الضغط الاجتماعى الناتج من الأحداث التى تجرى حولها فى المجتمع بسبب ما تنشره أفلام الرعب الجنونية والمسلسلات التليفزيونية والروايات البوليسية وما تكتبه وسائل الاعلام السيارة عن خطف الاناث واعتداء الابناء على الآباء وهتك الأعراض وما يصاحب ذلك من حيل واساليب كل ذلك ادى الى ضغط نفسى واضطراب عصبى ومما لا يختلف فيه اثنان ان الأمن النفسى والاستقرار الاجتماعى واليسر الاقتصادى كل أولئك عوامل ميسرة من شأنها أنها تخفف من أمراض العصر الذى حار الأطباء فى تشخيص علاجه .

ان علينا أن نعرف أن الغنى وحده ليس هو السبب المباشر فى سعادة الانسان وتهيئة المناخ الطيب ليسعد فى الحياة فان الجو العام الذى يحيط بالانسان له دخل كبير فيما يصيبه من أمن أو اضطراب ومن هدوء واستقرار او قلق واهتزاز ونلحظ ان الحق سبحانه وتعالى رسم منهج السعادة لاتباع دينه فى الكتاب الكريم عندما شرح لنا قاعدة اصولية فى علم الاجتماع أو الصحة النفسية كما نسميها . وهى : أن على الانسان أن يحيا وسطا بين أمرين لا فرح قاتل ولا حزن قاتل لأن الوسطية والقصد والاعتدال فى كل شىء طبيعة هذا الدين فالانسان اذا اشتد فرحه ربما يصاب بمرض داهم كالشلل وما شاكله .واذا اشتد حزنه ربما يموت بالسكتة القلبية أو ما شاكلها ومراعاة لهذه الظروف وما يصاحبها

أمر الحق سبحانه وتعالى الانسان أن يعلم ان ما اصابه من خير او شر انما هو من الله . ومع هـذا التفويض على الانسان أن يأخذ فى الأسباب المتاحة والوسائل المشروعة ليخفف عن كاهله فى أى حال وعلاج ذلك : الايمان بالله والرضا بقضائه حسبما يقول الرسول صلى الله عليه وسلم (**عجبا لأمر المؤمن ان أمره كله خير وليس ذلك لأحد الا للمؤمن ان أصابته سراء شكر فكان خيرا له وان أصابته ضراء صبر فكان خيرا له**(١)) تقرأ ذلك فى قول الله تعـالى : ((**ما أصاب من مصيبة فى الأرض ولا فى أنفسكم الا فى كتاب من قبل أن نبرأها ان ذلك على الله يسـير لكى لا تأسـوا على ما فاتكم ولا تفرحوا بما آتاكم والله لا يحب كل مختال فخور**(٢))) .

من هنا : يجب علينا ان نعلم ان ما يتفق وطبيعة الأجسام فى الجزيرة العربية قد لا تتفق مع غيرها من البـلاد التى تخالفها فى المناخ والطبيعة .

كذلك ما كان يحتاجه الجسم ويتقبله فى زمن رسول الله صلى الله عليه وسلم قد لا ينفع أى جسم فى زماننا هذا . لذلك علينا ان نلتزم بأهل الخبرة فى زماننا هـذا لأنهم أعرف بما يلائم الجسم طبقا للعوامل النفسـية والحالات الاجتماعية التى تمر بها المجتمعات والله تعالى يقول ((**فاسألوا أهل الذكر ان كنتم لا تعلمون**(٣))) وقد روى مسلم فى صحيحه عن طلحة بن عبيد الله قال : مررت مع رسول الله صـلى الله عليه وسلم فى نخل فرأى قوما يلقحونه. فقال : (ما يصنع هؤلاء ؟ قالوا يأخذون الذكر فيجعلونه فى الأنثى) . قال : (ما أظن ذلك يغنى شيئا) فبلغهم فتركوه فلم يصلح . فقال النبى صـلى الله عليه وسلم (انما هو ظن فان كان يغنى شيئا

---

(١) رياض الصالحين للامام النووى ص ٣١ ، ٣٢ ط عيسى البابى الحلبى
(٢) الحديد ٢٢ ، ٢٣
(٣) الأنبياء — ٧

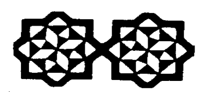
فاصنعوه فانما انا بشر مثلكم وان الظن يخطىء ويصيب ولكن ما قلت لكم عن الله عز وجل فلن اكذب على الله) .

لقد جاء فى رواية تأبير النخل (انتم أعلم بشئون دنياكم) ومن شئون دنيانا التى يجب ان نهتم بها : أن تنظف البيئة التى نحيا فيها وان نميط الأذى عن طريق الناس ومع أن ذلك عمل اجتماعى عظيم فهو كذلك له ثواب كبير عند رب العالمين اذا صدقت النيات بأن هذا العمل قربة لله واصلاح لدنيا الناس .

وعلى الانسان أن يتعامل مع الناس بضـــبط الأعصاب وسعة الصدر وحسن الخلق فان ذلك من طب الأبدان لأن راحة النفس تريح البدن .

هذا وان شريعة سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم جاءت تدعو الى صلاح الدنيا وصلاح الآخرة وصلاح الأبدان والقلوب .

وجاءت بقواعد كلية تاركة التفصـــيل الى العقل الســـليم والفطرة المستقيمة ما دامت تلتزم بالأصـــول العامة التى جاء بها الشرع الحكيم ، أما معرفة صفات الله وأوامره ونواهيه فذلك مسلم الى رسل الله عليهم الســـلام الذين جاءونا بوحى السماء وتوجيهات الخالق سبحانه .



الخاتمة

ان البحث الذى بين يديك هو جهد قصد به توضيح الرؤية الاسلامية فى مفهوم الصحة العامة لان بعض الناس يظنون جهلا ان الاســلام عبارة عن طقوس غير مفهومة المعنى . وهذا قول مردود عليهم بقول الله سبحانه « **ولقد يسرنا القرآن للذكر فهل من مدكر(١)** » كما ان بعض الناس يعتقدون من خلال رؤية الواقع للمسلمين ان الاســلام يدعو الى التسول وان يرتدى الانسان الملابس البلية وان يعتزل المجتمعات الراقية ولا يبالى بالتطورات الحديثة وعلى المسلم ان يرتدى الملابس القذرة وان يعيش (بريالة) وتلك خصائص لم يأذن بهــا الله للمسلم لان الاسلام يكره التسول وينفر منه ويحث الانسان على ان يكسب قوته بعمل يده « **فاذا قضيت الصلاة فانتشروا فى الأرض وابتغوا من فضل الله(٢)** » هذا قول الحق وقول رسوله الكريم (**ما اكل احد طعاما قط خيرا من ان ياكل من عمل يديه(٣)**) والرسول صــلى الله عليه وسلم كان مظهر الجمال الانسانى فكان ينظر فى اناء من المــاء ليرى وجهه الشريف فيهذب لحيته ويصلح شعره ويخرج الى الناس وهو ضاحك الوجه جميل الخلقة حسن الهيئة له رائحة طيبة تفوح منه . وكأنه

---

(١) القمر ــ ١٧

(٢) الجمعة ــ ١٠

(٣) فتح البارى بشرح صحيح البخارى لابن حجر العسقلانى ج ٥ ص ٢٠٩ مصطفى البابى الحلبى سنة ١٣٧٨هـ ــ ١٩٥٩م

بذلك يحث اتباعه الى ان يكونوا صورة مشرفة للجمال الظاهرى والجمال الباطنى . لأن المظهر يدل على المخبر . والجمال الباطنى هو حب الناس والتعاون معهم وعدم الحسد وعدم الحقد وعدم الأنانية اما الجمال الظاهرى فهو نظافة الملبس الذى يجب أن يكون على نسق عظيم ألوانه تتناسب مع البيئة والجو . كما أن تلك الملابس تستحب أن تكون فضفاضة حتى لا تضغط على أجزاء الجسم فتؤثر على بعض العضلات وما شاكل ذلك .

ان الاسلام دين الجمال وعلى المسلم ان يعشق الجمال فى كل شىء جمال الهندام جمال المظهر جمال الكلمة التى تقال من لسانه جمال التعبير . ولقد فهم بعض الصحابة أن الجمال قد يدفع بصاحبه الى الغرور والكبر وقد يؤدى ذلك للشرك بالله فاخبرهم الرسول صلى الله عليه وسلم « ان الكبر بطر الحق وغمط الناس » أى أن الانسان يتعالى على الناس ولا يخضع للحق لكن المسلم الحقيقى هو الذى يتسم بالتواضع والعزة ولا يرضى الذلة ولا يعطى الدنيا من نفسه . وكل ذلك يصوره قول القائل قوة فى غير عنف لين فى غير ذلة :

وصوره الحق سبحانه بقوله : **« محمد رسول الله والذين معه اشداء على الكفار رحماء بينهم(١) »** والرحمة هى السمة العامة فى تعامل المسلم مع المسلم لانه يحسن الى من أساء اليه يصل من قطعه ويعطى من حرمه ويعفو عمن ظلمه . علاقته قول الرسول صلى الله عليه وسلم **(ليس الشديد بالصرعة انما الشديد الذى يملك نفسه عند الغضب(٢)) .**

---

(١) الفتح — ٢٩

(٢) زاد المسلم فيما اتفق عليه البخارى ومسلم للشنقيطى ج ٢ ص ١٥٦ ط مصر ١٩٥٥ م

ان الصحة العامة للانسان مطلب اساسى لحفظ كيانه وقيامه بأداء الواجبات عليه وهو مطالب ان يحافظ عليها فقد قال الحق سبحانه ((**ولا تقتلوا انفسكم(١)**)) وقال ((**ولا تلقوا بايديكم الى التهلكة(٢)**)) .

ومن هذا المدخل حرم الانتحار ونهى عنه لأن من قتل نفسه بسم فسمه فى يده يتحساه الى يوم القيامة كما جاء عن الصادق المصدوق عن أبى هريرة رضى الله عنه) ... ومن تحس سما فقتل نفسه فسمه فى يده يتحساه فى نار جهنم خالد مخلدا فيها ابدا)(٣) .

وكل ما يؤدى الى قتل الانسان حرام حتى ولو كان طعاما مباحا ، فما بالنا وقد جلبت الحضارة الحديثة الينا اشياء هى كالسم القاتل مثل المخدرات وما يشتق منها سواء كانت مخلقة أو مصنعة والدخان وانواعه سواء كان تبغا أو مضغا أو نشوقا أو معسلا فان ذلك كله يضر بصحة الانسان ويؤثر فيها ويضر بالصحة العامة للانسان .

ان الاسلام دين سماوى ما جاء الا لاسعاد الناس والسعادة لا تتم الا بالصحة والعافية فمن أعطى ذلك فقد ملك الدنيا بحذافيرها وصدق رسول الله صلى الله عليه وسلم (**من اصبح منكم آمنا فى سربه معافى فى جسده عنده قوت يومه فكانما حيزت له الدنيا بحذافيرها(٤)**) .

---

(١) النساء من آية ٢٩
(٢) البقرة من آية ١٩٥
(٣) فتح الباري بشرح البخارى جـ ١٢ ص ٣٦٠ ط عيسى البابى الحلبى سنة ١٣٧٨هـ — ١٩٥٤م
(٤) تحفة الأحوزى بشرح جامع الترمذى جـ ٧ ص ١١ ط الفجالة

ان الاسلام دين يدعو الى النظافة فى كل شىء لأنها سمة من سمات المسلم فحيثما وجدت النظافة فهنا اسلام يطبق فاذا وجد غير النظافة فان الناس لا يفهمون الاسلام وهم فى حاجة الى توعية وتوجيه وتلك مهمة الدعاة والمعلمين الذين يحملون رسالة الله وينشرونها بصدق بين الجماهير وفى ساحات العلم ومدرجات الجامعات .

والاسلام يحرص كل الحرص أن يظهر اتباعه كالشامة البيضاء واذا رأيت الواحد منهم وهو يرتدى الملابس النظيفة ورائحته طيبة واخلاقه كريمة وعلاقته بالله طيبة فى العبادات ومع الناس فى المعاملات فكل هذا هو المسلم الذى نسأل الله أن يجعلنا على شاكلته وأن يجعلنا فى الدنيا من الصالحين وفى الآخرة من المقبولين وصلى اللهم على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم .

وبعد .. فاننا نختم هذا البحث بأن نعيش فى روضة القرآن الكريم ونقتطف من أزاهيره ما يؤيد الرأى الذى ذهبنا اليه بأن الاسلام هو الذى رسم لنا طرق الحفاظ على الصحة العامة .

دعا القرآن الى النظافة العامة والى الاعتدال فى الغذاء حتى لا تصاب المعدة بالتخمة المسببة للأمراض .

قال الله تعالى « **يابنى آدم خذوا زينتكم عند كل مسجد وكلوا واشربوا ولا تسرفوا انه لا يحب المسرفين**(1) » .

فى تحريم الأشربة المضرة بصحة الانسان وعقله وقد أثبت ذلك علم الطب الحديث لأن شرب هذه الأشياء يصيب شاربها

---

(1) الأعراف — ٣١

بالالتهاب المزمن فى الأعصاب والكلى وتسبب تصلب الشرايين وضعف القلب .

قال تعالى : « **انما الخمر والميسر والانصاب والازلام رجس من عمل الشيطان فاجتنبوه لعلكم تفلحون(١)** » .

وفى تحريم الطعام الفاسد المضر بالصحة . قال تعالى :

« **حرمت عليكم الميتة والدم ولحم الخنزير وما اهل لغير الله به والمنخنقة والموقوذة والمتردية والنطيحة وما اكل السبع(٢)** » .

وفى تحريم ذلك على الانسان ومحافظة على صحته ووقاية له من الأمراض لأن الدم اذا لم يسل بالذبح ويخرج خارج الجسد فانه يحبس فى أجساد الحيوانات ويتحلل فى اللحم ويفسده وفى ذلك ضرر كبير على صحة الانسان كما حرم القرآن لحم الخنزير لأنه يسبب الدودة الشريطية وفى وصف الغذاء الشافى لأى مرض جسمانى كما أنه نافع غير مضر جاء قول الله تعالى : « **واوحى ربك الى النحل ان اتخذى من الجبال بيوتا ومن الشجر ومما يعرشون. ثم كلى من كل الثمرات فاسلكى سبل ربك ذللا يخرج من بطونها شراب مختلف الوانه فيه شفاء للناس(٣)** » .

وقد ثبت أن عسل النحل يشفى من امراض الصداع العصبى ويمنع شلل الأطفال ويفيد فى حالة الاضطرابات المعوية والالتهابات الجلدية ويحمى الجسم من أمراض الحساسية ويساعد الحوامل

---

(١) المائدة — ٩٠
(٢) المائدة — ٣
(٣) النحل ٦٨ ، ٦٩

اثناء الحمل وهو مقو عـــام يحفظ على الصـــحيح صحته ويرد للمريض عافيته .

وفى بيان اباحة الطيبات من الرزق والبحث عن مصدر الكسب الحلال لينعم الانسان بغذائه ويهنأ بعافيته . قال تعالى : « **قل من حرم زينة الله التى اخرج لعباده والطيبات من الرزق قل هى للذين آمنوا فى الحياة الدنيا خالصة يـــوم القيامة كذلك نفصل الآيات لقوم يعلمون (١)** » .

وقال تعالى : « **ياايها الناس كلوا مما فى الأرض حلالا طيبا ولا تتبعوا خطوات الشيطان انه لكم عدو مبين(٢)** » .

وقال تعالى : « **ياايها الذين آمنوا كلوا من طيبات مارزقناكم واشكروا لله ان كنتم اياه تعبدون انما حرم عليكم الميتة والدم ولحم الخنزير وما اهل به لغير الله فمن اضطر غير باغ ولا عاد فلا اثم عليه ان الله غفور رحيم(٣)** » .

وفى الوقاية من اثر دم الحيض وهو فاسد وينزل على المرأة وفى حالة التقاء الرجل بها يضر اعضاءه التناسلية كما يضر المرأة كذلك لأنها فى حالة احتقان . لذلك نهى الاسلام عن مباشرة المرأة فى وقت نزول الحيض . قال تعالى : « **ويسالونك عن المحيض قل هو أذى فاعتزلوا النساء فى المحيض ولا تقربوهن حتى يطهرن فاذا تطهرن فأتوهن من حيث امركم الله(٤)** » .

---

(١) الأعراف — ٣٢
(٢) البقرة — ١٦٨
(٣) البقرة ١٧٢ ، ١٧٣
(٤) البقرة — ٢٢٢

وفى العلاج الطبيعى للانسان : قال تعالى : « **ياأيها الذين آمنوا اذا قمتم الى الصلاة فاغسلوا وجوهكم وأيديكم الى المرافق وامسحوا برءوسكم وارجلكم الى الكعبين وان كنتم جنبا فاطهروا وان كنتم مرضى أو على سفر أو جاء احد منكم من الغائط او لامستم النساء فلم تجدوا ماء فتيمموا صعيدا طيبا فامسحوا بوجوهكم وايديكم منه ما يريد الله ليجعل عليكم من حرج ولكن يريد ليطهركم وليتم نعمته عليكم لعلكم تشكرون(١)** » .

وفى الحفاظ على نظافة الظاهر والباطن قال تعالى : « **ان الله يحب التوابين ويحب المتطهرين(٢)** » .

وفى النظافة العامة ملبسا ومكانا وهيئة وبيئة قال تعالى : « **والله يحب المطهرين(٣)** » .

وفى الحفاظ على الصحة وعدم قتل النفس قال تعالى :

« **ولا تلقوا بايديكم الى التهلكة واحسنوا ان الله يحب المحسنين(٤)** » .

وقال تعالى : « **ولا تقتلوا انفسكم ان الله كان بكم رحيما(٥)** » .

ومن السنة النبوية نقتطف بعض ازاهيرها حيث أن السنة هى الأصل الثانى فى التشريع الاسلامى ففى المحافظة على الصحة

---

(١) المائدة — ٦
(٢) البقرة — ١٢٢
(٣) التوبة — ١٠٨
(٤) البقرة — ١٩٥
(٥) النساء — ٢٩

العامة والطب الوقائى قال رسول الله صـــلى الله عليه وسلم (الفطرة خمس : السواك والختان والاستحداد وتقليم الأظافر ونتف الابط وقص الشارب) متفق عليه .

وعن جابر رضى الله عنـــه : أتانا النبى صـــلى الله عليه وسلم فرأى رجـــلا شعسا قد تفرق شعره فقال أما كان هذا يجد مايسكن به شعره(١) ؟ ورأى رجلا عليه ثياب وسـخة فقال : أما كان هذا يجد مايغسل به ثوبه (٢) (رواه النسائى . ولما كانت النظافة أفضل دواء وقائى قال عليه الصلاة والسلام (اذا استيقظ أحدكم من نومه فلا يدخل يده فى الاناء حتى يغسلها ثلاث مرات فان أحدكم لا يدرى أين باتت يده) رواه الترمذى(٣) .

وقال نظفوا أفنيتكم ولاتتشبهوا باليهود . رواه الترمذى(٤) . وقال فى حق السواك وغسل الفم وتطهره (السواك مطهرة للفم مرضاة للرب(٥)) رواه الحاكم وقال (لولا أن أشق على أمتى لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة) رواه البخارى(٦) .

وفى سبيل الوقاية من الأمراض المعدية نهى صـــلى الله عليه وسلم عن اختلاط الصحيح بالمريض مرضا معديا لأن فى ذلك وقاية من نشر الأمراض المعدية فقال عليه الصلاة والسلام : اذا سمعتم

---

(١) جامع الأصول لابن الأثير الجزري جـ ٥ ص ٤٢٢ ط السنة المحمدية سنة ١٣٧٠ هـ — ١٩٥٠ م

(٢) سنن أبى داود جـ ٢ ص ٣٧٣ ط مصطفى البابى الحلبى سنة ١٣٧١هـ — ١٩٥٢ م

(٣) سنن الترمذى جـ ١ ص ٢٠ ط المدنى سنة ١٣٨٤هـ — ١٩٦٤ م

(٤) سنن الترمذى جـ ٤ ص ١٩٨ ط الاعتماد

(٥) فيض القدير جـ ٢ ص ١٤٧ ط مصطفى محمد الأولى سنة ١٣٥٦هـ—١٩٣٨م

(٦) فتح البارى بشرح صحيح البخارى لابن حجر العسقلانى جـ ٣ ص٢٥ ، ٢٦ ط مصطفى البابى الحلبى سنة ١٣٧٨ هـ — ١٩٥٩ م

بالطاعون بارض فلا تدخلوا عليها واذا وقع وانتم بارض فلا تخرجوا منها فرارا منه . رواه البخارى(1) .

والحجر الصحى الآن هو عزل المشبوه بمرض يحصل نتيجة جرثومة حميات راشـــحة أو طفيلية ويوضع المريض تحت الرقابة فترة حضانة المرض فاما ان تظهر أعراض الوباء فى جسم المحجور فيداوى ويعالج واما يكون سليما فيخرج وهذا ما اشار به الرسول عليه الصلاة والسلام .

وفى سبيل التحدث عن الصحة والفراغ يقول عليه الصلاة والسلام : (نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس الصحة والفراغ) رواه البخارى فى التاريخ(2) .

ويقول عليه الصلاة والســـلام (ان لجسدك عليك حقا) رواه مسلم(3) .

وهذا توجيه نبوى كريم لكل مؤمن ذلك حتى لا تعيش النفس على حساب الجســد ولا الجسم على حساب حق النفس فبين الروحانيات المغرقة والمـــاديات المفرطة تبــرز النظرة الاسلامية الروحية المادية فتفلسف الحياة الانسانية وتكون اساسا لتوازن طبيعى وتناغم مقبول بين متطلبات الروح وحاجات الجسد .

وفى سبيل الحفاظ على القوة حيث يربى الاسلام اتباعه على اساس واضح من الصحة الفكرية والجسمية وعلى تطلع دائم

---

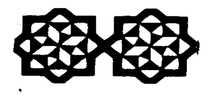
(1) فتح البارى بشرح صحيح البخارى لابن حجر العسقلانى جـ ١٢ ص ٢٩٤ ط مصطفى البابى الحلبى سنة ١٣٧٨ — ١٩٥٩

(2) فيض القدير للعلامة المناوى جـ ٦ ص ٢٨٨ ط مصطفى محمد الاولى سنة ١٣٥٧هـ — ١٩٣٨م

(3) صحيح مسلم مشكول جـ ٣ ص ١٦٣ ط محمد على صبيح

نحو قوة العقل والجسم وتكامل المؤمن فى شخصيته وانسانيته ووعيه وادراكه لأن للطب صلة وثيقة بالمجتمع ورفاهيته فان غايته لا تقف عند حد العـــلاج والوقاية وحفظ الصـــحة بل تتعداه الى تحسينها وصـــولا الى القوة الجسمية المرغوبة فى تحمل مشاق الحياة وجهد المعاش يقول عليه الصلاة والسلام : المؤمن القوى خير واحب الى الله من المؤمن الضعيف(١) .

وفى سبيل الاعتدال فى الطعام والشراب وعدم الافراط فيهما يقول صـــلى الله عليه وسلم : ما ملأ ابن آدم وعاء شرا من بطنه . حسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه فان كان فاعلا لا محالة فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه . رواه الترمذى(٢) .



(١) سنن ابن ماجه جـ ٢ ص ٥٤٢ ط التازية
(٢) رياض الصالحين للنووى ص ٢٣٣ ط عيسى البابى الحلبى

نصائح

ونستخلص مما مر :

ان الاسلام يولى النصيحة لأتباعه ان يلتزموا بالآتى :

١ — غسل اليدين قبل الطعام وبعده (ويفضل الوضوء) .

٢ — قص الأظافر مرة كل أسبوع .

٣ — غسل الراس وتهذيب الشعر وتسريحه ودهنه .

٤ — الاغتسال مرة كل اسبوع على الأقل .

٥ — تغيير الملابس واستعمال الطيب .

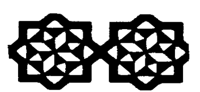
٦ — غسل الأسنان بالسواك عند القيام من النوم وفى وسط النهار وقبل النوم فاذا لم يتيسر ذلك فاستعمال الفرشاة بالمعجون مرتين فى اليوم على الأقل .

٧ — عدم البصق فى الشوارع او التمخط أو التبرز أو التبول .

٨ — غسل الخضروات والفاكهة قبل أكلها أو طبخها .

٩ — تنظيف البيئة من مسكن ومنزل وحارة وشارع ورشها بالمياه حتى لايتكاثر الذباب أو الناموس .

١٠ ــ تغطية اوانى الشرب والطعـــام حتى لا يقع عليها الذباب فان وقع فليغمسه الانسان فى الطعام او الشراب فان فى احد جناحيه داء وفى الآخر دواء كما يقول الرسول صـــلى الله عليه وسلم(١) اذا وقع الذباب فى اناء احدكم فليغمسه كل ثم ليطرحه فان فى احدى جناحيه داء والآخر شفاء »(١) .



(١) فتح البارى بشرح البخارى لابن حجر جـ ١٢ ص ٣٦٢–٣٦٣ ط مصطفى البابى الحلبى سنة ١٣٧٨هـ ــ ١٩٥٩م



(صدر للمؤلف)

1 — طريق الوصول للقبول
2 — لمحات عن أمهات المؤمنين
3 — دعاء العارفين
4 — الفقه الاسلامى — العبادات
5 — الحج وكيف تؤديه
6 — اضواء على جوانب من الحضارة الاسلامية
7 — الزكاة والصيام
8 — انوار وازهار
9 — المراة ودورها فى الهجرة
10 — مع الشباب
11 — الاسلام والمشاكل المعاصرة
12 — يا بنى اعرف دينك ٣ اجزاء
13 — فى موكب الاسراء والمعراج
14 — القصص الهادفة
15 — القصة فى القرآن
16 — يا بنى أقم الصلاة
17 — احاديث حول العقيدة
18 — السيدة زينب
19 — المسجد ومكانته والامام ورسالته
20 — مكانة المسجد فى الاسلام
21 — الاسلام وتربية الناشئة
22 — الاسلام والتكافل الاجتماعى

المراجع

من اهم المراجع :

١ — القرآن الكريم .

٢ — تفسير القرآن العظيم للحافظ ابن كثير .

٣ — زاد المسلم فيما اتفق عليه البخارى ومسلم للشنقيطى ط مصر سنة ١٩٥٤ م .

٤ — اللؤلؤ والمرجان فيما اتفق عليه الشيخان لفؤاد عبد الباقى ط عيسى الحلبى سنة ١٣٦٨ هـ — ١٩٤٩ م .

٥ — فتح البارى شرح صحيح البخارى لابن حجر ط مصطفى الحلبى سنة ١٣٧٨ هـ — ١٩٥٩ م .

٦ — صحيح مسلم مشكول ط محمد على صبيح .

٧ — صحيح مسلم شرح النووى ط الشعب .

٨ — سنن الترمذى ط محمد عبد المحسن الكتبى .

٩ — عون المعبود شرح سنن أبى داود ط محمد عبد المحسن.

١٠ — سنن ابن ماجه بشرح السندى ط التازية .

١١ — سنن النسائى ط مصطفى محمد

١٢ — سنن أبى داود ط مصطفى الحلبى .

١٣ — الترغيب والترهيب للحافظ المنذرى ط وزارة الأوقاف.

١٤ — الفتح الربانى لترتيب مسند الامام أحمد بن حنبل ترتيب الساعاتى ط الأولى .

١٥ — فيض القدير للعلامة المناوى ط مصطفى محمد .

١٦ — جامع الأحاديث .

١٧ — رياض الصالحين للامام النووى تحقيق مصطفى عمارة ط عيسى الحلبى .

١٨ — المستدرك على الصحيحين للحاكم ط النصر الحديثة.

١٩ — جامع الأحاديث لابن الأثير الجزرى ط السنة المحمدية سنة ١٣٧٠ هـ — ١٩٥٠ م .

٢٠ — الأدب المفرد للبخارى ط السلفية ١٣٧٨ هـ .

٢١ — احياء علوم الدين للامام الغزالى .

٢٢ — زاد المعاد لابن القيم .

٢٣ — الدين الخالص للشيخ محمود خطاب السبكى .

٢٤ — الطب يؤيد الاسلام للشيخ عبد الحليم موسى .

الفهـــرس



رقم الايداع بدار الكتب ١٩٨٩/٢١١٥

الرقم الدولى ISBN ٩٧٧—٠٣—٠٠٣٧—٣